**Тематический праздник**

**«День здоровья»**

**(спортивное развлечение в средней группе)**

Подготовила:

воспитатель

Селюк И.С.

 2022г.

**Спортивное развлечение  «День здоровья»**

**для детей средней группы**

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**
1. Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества.
2. Совершенствовать у детей умения использовать ОВД в играх – эстафетах. Развивать ловкость, быстроту, выносливость.

3. Формировать у детей навыки ритмических движений в соответствии с характером музыки, умение передавать через движение ее эмоционально - образное содержание. Развивать навык выразительного чтения стихотворений.

4. Воспитывать организованность самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения.

**Предварительная работа:** Беседа, отгадывание загадок, заучивание поговорок о здоровом образе жизни.

**Атрибуты и пособия к мероприятию:**Шары воздушные, плакат «Здоровье – главное богатство», колонка, медали «Всемирный день здоровья»; мячи, палки, ориентиры, корзины, кубики, метёлки, обручи.

**Участники развлечения**: дети средней группы, воспитатели.

***Ход праздника***

**Ведущий:** Заходите, не стесняйтесь!
Приглашаем всех сейчас
Праздник спорта и здоровья
Начинается у нас
*(Под спортивный марш входят в зал дети)*

**Ведущий:** Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник «Всемирный день здоровья».

Улыбкой светлой, дружным парадом День здоровья начать нам надо. Давайте все дружно крикнем Дню здоровья «Ура! Ура! Ура!».

**Стихи**

**1 ребенок:**
Чтоб расти и закаляться
Не по дням, а по часам
Физкультурой заниматься,
Заниматься надо нам.
**2 ребенок:**
Чтоб расти нам сильными,
Ловкими и смелыми,
Ежедневно по утрам
Мы зарядку делаем.
**3 ребенок:**
К солнцу руки поднимаем,
Дружно, весело шагаем,
Приседаем и встаем
И ничуть не устаем!

**Ведущий.** Кто скажет, что значит «быть здоровым?» (ответы детей). Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом, делать зарядку, закаляться. И конечно мыть руки перед едой, чистить зубы утром и вечером перед сном.
А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше посоревнуемся.

**Ведущий.** Внимание, внимание!
Начинаем соревнования!
Софии, Миши все детишки,
Подтянули вы штанишки.
Громко крикнули в ответ
Вы уже готовы …
*Ага, попались,*
Громко крикнули тогда

Вы уже готовы…

**Ведущий:** Команды ждут веселых стартов – итак, мы начинаем.

                                              *Стук в дверь.***Ведущий.**
Что за гость спешит на праздник?
Как зовут его, узнай?
А для этого загадку поскорее отгадай:
Приходи к нему лечиться
Зверь любой, любая птица.
Всем помочь он поспешит
Добрый доктор …
**Дети.** Айболит!
**Айболит.** Ох, дети, еле-еле успел. По полям, по лесам я бежал и все время шептал: детский сад, детский сад, детский сад. И вот я здесь! У вас ангина?
**Дети:** Нет.
**Айболит.** Скарлатина?
**Дети.** Нет!
**Айболит.** Холерина?
**Дети.**Нет!
**Айболит.** Аппендицит?
**Дети.** Нет!
**Айболит.**Так вы здоровы?
**Дети.** Здоровы!
**Айболит.** А к проверке готовы?
**Дети.** Готовы!
**Айболит.** Так-так-так! Дышите — не дышите!
Все в порядке отдохните! Руки вместе поднимите, превосходно, опустите, наклонитесь, станьте прямо, улыбнитесь. Да, я доволен осмотром, здоровы, действительно здоровы! Можно начинать состязания. Я слышу какой-то странный звук!

*Вбегает Баба-Яга. Она держится за сердце, за поясницу, охает.*

**Айболит.** Баба-Яга., что с тобой, ты заболела? Вставай, у ребят сегодня спортивный праздник.
**Баба-Яга.** Еле-еле тебя догнала, Айболит, худо мне. Все болит, все хрустит.
**Айболит.** А что ты кушаешь?
**Баба-Яга.** Анаком, чипысы, …*(перечисляет вредные продукты)*, Сникересы очень люблю!
**Айболит.** Ты неправильно питаешься. Будешь кушать «Сникерс» сладкий,
Будут зубы не в порядке.
Если кто не верит –
На себе проверит.
Ребята, какую еду нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?
**Дети.** Овощи, фрукты.
**Айболит.** Скоро лето, поспеют ягоды, вырастут фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть водой, а руки — мылом.

От простой воды и мыла у микробов тает сила.

**Айболит.** А что ты любишь пить?
**Баба-Яга.** Фанту, колу, спрайт!
**Айболит.** ОЙ-ой-ой! Ты же губишь себя! А поведай – ка мне, голубушка, о своем двигательном режиме. А скажи-ка, Яга,
Чем ты занята по утрам?
**Баба-Яга.** Я, ребята, долго сплю,
До полудня я храплю.
**Айболит.**
Расскажи, но по порядку,
Часто делаешь зарядку?
Спортом занимаешься?
Водою обливаешься?
**Баба-Яга.** Нет! Зарядки-то, ребята,
Я не делала никогда!

**Айболит.** Ребята, перед нами типичный случай, и мы сможем Яге помочь, мы научим ее вести здоровый образ жизни! Яга, все твои неприятности от того, что ты ведешь неправильный образ жизни, и если ты будешь продолжать, то можешь оказаться в больнице.
**Баба Яга.** Ой, я не хочу в больницу! Я хочу вести здоровый образ жизни, только я не знаю что это такое! Научите меня!
**Айболит.** Ну что ж, начнем! Предлагаю нам немного размяться!

**Дети исполняют танец «Солнышко лучистое любит скакать»**

**Баба Яга.** Ой, вот это я наразмяналась…Рябятки.  у меня в избушке завалялися игрушки. Я хоть и старенькая, а играть страсть, как люблю.

**-**А теперь, мои ребятки,
Отгадайте-ка загадку:
Круглый, мягкий, полосатый,
Нравится он всем ребятам.
Может долго он скакать
И совсем не уставать!

**Дети.** Мяч!

**Ведущий**. Бабушка Яга, а ты знаешь какой это полезный предмет?Ведь с мячом можно выполнять различные упражнения и даже соревноваться. И не случайно ты, наверное, к нам попала именно в этот день. Сегодня Всемирный день здоровья. У наших ребят соревнования. Они нам покажут какие они сильные и ловкие, а ты посмотри и поучись.

**Айболит.** С вами буду я играть,

                  Правил чур не нарушать.

                  Травму чтоб не получить

                  Аккуратным надо быть.

**Ведущий:** Делу время – час забаве.

                   Команда первая – направо. Тут вторая становись.

**Ведущий организует спортивные соревнования.**

1. **«Передай мяч»:**дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой.
2. **«Первый, второй»:**в каждой команде первый ребенок – берет корзину с кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – второму. Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде.
3. **«Полёт на метле»:**Ребенок садится верхом на метлу и бежит до ориентира, обегает его и возвращается к команде, передает метлу следующему игроку.
4. **«Сквозь игольное ушко»:**участник бежит, добегает до ориентира,  продевает через себя обруч, обегает его, возвращается обратно и передает эстафету.

**Ведущий:** Все команды хорошо сыграли, все сразу здоровее стали.

*подводятся итоги и вручаются всем без исключения памятные медали*

*«Всемирный день здоровья».*

**Баба Яга:**Ой спасибо вам ребятки. Набегалась, напрыгалась и оздоровилась. Проживу теперь ещё лет 200.

Слыш Айболит. Уже сердце не болит. И спина то не скрипит.

**Айболит:** Ну, тогда бабуля Ягуля мы с тобой хотим поиграть в твою любимую игру.

**Подвижная игра «Баба Яга костяная нога»**

*(дети и баба Яга стоят на противоположных сторонах, Яга догоняет)*

Бабка-ёжка-костяная ножка.

Вышла на улицу увидала курицу,

Курица ко-ко-ко

Бабка-ёжка далеко.

А я вас догоню

Сразу в печку посажу.

**Баба Яга:**Ой пошутила, пошутила.

                   В печку вас сажать не стану

                   Лучше яблочки достану.

                   Угощайтесь детвора

                   Здоровенькими будете

                   На долгие года.

*(раздаёт яблоки)*

**Ведущий:** Вот настал момент прощания.

                   Всем спасибо за внимание.

                   За задор и звонкий смех,

                   За огонь соревнованья, обеспечивший успех.

**Айболит:** В мире нет рецепта лучше: будь со спортом не разлучен.

                  Проживешь ты до ста лет! Вот и весь секрет.

                   Праздник завершать пора. Крикнем празднику «Ура!»

*(дети под музыку маршируют и выходят из зала)*