**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад общеразвивающего вида № 33 г. Белгорода**

**Сценарий Дня здоровья**

**«На нашей улице день здоровья»**

**инструктор по физической культуре**

**Рашина Н.В.**

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:  
1. Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества  
2. Формировать навыки сотрудничества друг с другом.  
Спортивный инвентарь:  
Гимнастические палки – 2 штуки, мячи – 2 штуки для катания, конусы – 2 штуки.  
  
Ход праздника:

**Ведущий:** на спортивную площадку  
Приглашаем всех сейчас  
Праздник спорта и здоровья  
Начинается у нас*(Под спортивный марш входят в зал дети)*. Команды строятся напротив друг друга.  
**Ведущий:.** Давайте поприветствуем наши спортивные команды. Участники команд, готовы состязаться в силе, ловкости, смекалке и быстроте?  
Пожелаем участникам команд успехов в предстоящих соревнованиях. А болельщики поддержат Вас. Наши соревнования объявляются открытыми.  
  
**Ведущий:** ребята, а как вы понимаете, что такое здоровье? И что надо делать, что бы быть здоровым?  
1. Делать утром зарядку обязательно  
2. Мыть руки перед едой  
3. Закаляться  
4. Чистить зубы утром и вечером перед сном  
5. Заниматься физкультурой и спортом  
Вот мы сейчас и будем заниматься физкультурой.  
Массаж биологически активных зон «Неболейка»для профилактики простудных заболеваний.  
Чтобы горло не болело, Поглаживают ладонями шею мягкими  
Мы его погладим смело. движениями сверху вниз.  
Чтоб не кашлять, не чихать, Указательными пальцами  
Надо носик растирать. растирают крылья носа.  
Лоб мы тоже разотрем, Прикладывают ко лбу ладони «козырьком»  
Ладошку держим козырьком и растирают его движениями в стороны  
— вместе.  
«Вилку» пальчиками сделай, Раздвигают указательный и  
Массируй ушки ты умело. средние пальцы и растирают  
точки перед и за ушами.  
Знаем, знаем — да-да-да! — Потирают ладони друг о друга.  
Нам простуда не страшна!  
  
**Ведущий.**Как только утром я проснусь,  
Присяду, встану и нагнусь –  
Все упражненья по порядку!  
Поможет сделать нам…зарядка.  
Ведущий. Приглашаю всех на весёлую зарядку про зверят!  
  
**Основная часть:**  
**1. Эстафета «Скакуны».**  
На лошадку я вскачу,  
«Иго-го-го!» - я закричу.  
Чуть сожму её бока,  
Поскакал я, всем Пока!  
Нужно проскакать на палочке – «лошадке» вокруг конуса, прискакать обратно и передать палочку - "лошадку" товарищу.  
  
**2.Загадки о спорте.**Они летят быстрее ветра,  
И я лечу с них на три метра.  
Вот мой полёт окончен. Хлоп!  
Посадка мягкая в сугроб! (Санки.)  
Кто на льду меня догонит?  
Мы бежим вперегонки.  
А несут меня не кони,  
А блестящие …(коньки.)  
Этот конь не ест овса,  
Вместо ног два колеса.  
Сядь верхом, езжай на нём,  
Только лучше правь рулем. (Велосипед.)  
Две полоски на снегу  
Оставляю на бегу.  
Я лечу от них стрелой,  
А они опять за мной. (Лыжи, лыжник.)  
Во дворе с утра игра,  
Разыгралась детвора.  
Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -  
Там идёт игра - …(в хоккей)  
Болеть, мне некогда, друзья,  
В футбол, хоккей играю я.  
И очень я собою горд  
Что дарит мне здоровье? …(спорт.)  
Не обижен, а надут,  
Его по полю ведут.  
А ударят – нипочем –  
Не угнаться за …(мячом.)  
 **3. Эстафета «Катим мяч».**  
Ведущий. Игрок, передвигаясь по прямой, катит мяч перед собой (диаметр мяча – до 55 см) до конуса, огибает его, и прокатывая мяч, возвращается обратно и передает эстафету следующему игроку.

**4.Игра «Это правда или нет»**  
Вас прошу я дать ответ:  
Это правда или нет?  
Чтоб с микробами не знаться,  
Надо, дети, закаляться?  
  
Никогда чтоб не хворать,  
Надо целый день проспать?  
  
Если хочешь сильным быть,  
Со спортом надобно дружить?  
  
Чтоб зимою не болеть,  
На улице надо петь?  
  
И от гриппа, от ангины  
Нас спасают витамины?  
  
Будешь кушать лук, чеснок –  
Тебя простуда не найдет?  
  
Хочешь самым крепким стать?  
Сосульки начинай лизать!  
  
Ешь побольше витаминов –  
Будешь сильным и красивым?  
  
**5. Игра: «Назови полезный продукт».** Дети становятся в круг. Ведущий по очереди бросает мяч ребенку, он должен назвать полезный продукт и бросить мяч обратно водящему.  
 **6. Эстафета «Бег на трёх ногах».**  
Игроки каждой команды встают парами . Рядом стоящие ноги связываются резинкой. По сигналу пара бежит до конуса, оббегает его и возвращается обратно, передаёт эстафету.  
  
**Ведущий:** Мне очень радостно видеть вас, дорогие ребята, весёлыми, здоровыми, крепкими, сильными. И впредь всегда ешьте много витаминов и занимайтесь физкультурой и спортом! Вот и закончился наш праздник. А кто же победил? Победили все! Потому что все получили заряд бодрости и массу положительных эмоций.  
Желаем всем крепкого здоровья и успехов!  
До новых встреч!