

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Алёнушка» п.Эгвекинота»

**РАЗВЛЕЧЕНИЕ**  
для всех групп детского сада



Подготовила и провела  
руководитель физического воспитания  
Овсянникова Надежда Александровна

п.Эгвекинот

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

\*приобщать к занятиям физкультурой и спортом;

\*развивать морально – волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, умение взаимодействовать друг с другом, оказание взаимопомощи, поддержки в группе в решении основных задач в достижении общей цели;

\*воспитание у детей положительных эмоций от мероприятия.

**Ведущий:** Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День Здоровья.

Улыбкой светлой,  
Дружным парадом  
День Здоровья начать нам надо.  
Давайте все дружно крикнем  
Дню Здоровью Ура! Ура! Ура!

- Кто скажет, что значит «быть здоровым?». (ответы детей) Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

**Ведущий:** Нам здесь некогда скучать

Пора разминку начинать  
В круг все вместе становитесь,  
Дружно за руки беритесь

Ритмический танец.

**Ведущий :** А теперь, ребятки, отгадайте-ка загадки

Я начну, а вы кончайте,  
Дружно вместе отвечайте:

1. Игра веселая футбол, Уже забили первый ... (гол)

2. Вот пробежался быстро кто- то

И без мяча влетел в .... (ворота)

3. В небо ласточкой вспорхнет,

Рыбкой в озеро нырнет (прыжки в воду)

4. На льду я вычертил восьмерку-

Поставил тренер мне пятерку.

Что это за вид спорта? (фигурное катание)

5. «Длинная, не палка, быстрая, не галка,

С ней так весело скакать. Что это?» (скакалка)

**Ведущий:** Молодцы! А какие еще виды спорта вы знаете? Назовите? (ответы детей).

Стихотворения «Спортсмен», «О футболе»

**Неожиданно в зал вбегают «Ох» в валенках и шапке и «Ах» в спортивной форме.**

**Ох:** Ох, как я устал! Ох, какой я больной! Ох, как мне холодно!

**Ах:** Ах, как хорошо! Ах, я, кажется, попал на праздник! Ах, как будет весело!

**Ведущий:** Кто вы? Как вас зовут?

**Ах:** Я –Ах!

**Ох:** Я – О-ох! *Хватается за спину* Ох, как болит!

**Ведущий:** Вот оно что! Вы Ох и Ах. Пришли к нам из мультфильма.

**Ах:** Ах, как хорошо!

**Ох:** Ох, я ударился! У меня бок болит!

*Ох падает, Ах пытается поднять его за ногу, потом тащит за руку.*

**Ах:** Да ты сядь, посмотри на детей, может и научишься как стать сильным и закаленным. *Ох садится.*

**Ах:** Послушай, Ох, что ты так закутался? Шапка, шарф. Ты почему не закаляешься?

**Ох:** Ох, простужусь!

**Ах:** А ну, снимай ушанку. Делай со мной зарядку.

*Показывает движения:* Раз-два! Раз-два! *Ох неумело повторяет.*

**Ах:** Ничего у тебя не получается, давай лучше поиграем с ребятами.

### **Игра «Карлики и великаны»**

(Дети стоят возле стульчиков или свободно по залу. Если ведущий скажет карлики, все должны присесть на корточки и вытянуть руки вперед; если скажет великаны, все должны подняться на носки и вытянуть обе руки вверх.)

**Ведущий обращается к Оху:**

Не надо бояться, что будут смеяться,

Зарядку свою не бросай никогда!

Лишь тот, кто не плачет, добьется удачи, легко, без труда!

**Ах:** Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна,

От лени и болезней спасает всех она!

**Ведущий:** Делу- время, час –забаве.

Команда первая – направо.

Тут-вторая становись!

*Ох и Ах стоят во главе команд.* (команды по 5-6 человек)

**Ведущий:** Начинаем эстафету, вместо палочки – конфета!

Ее вместе понесем, вокруг стойки обойдем,

А затем назад бегом, ее команде мы вернем!

**эстафета «С конфетой»**

**Песня «Закаляйся» подготовительная группа.**

**эстафета «Передай мяч»** (дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой или прокатывают по полу между ног)

**Загадки**

После бани помогаю

Промокаю, вытираю.

Пушистое, махровое,

Чистое и новое. (Полотенце)

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пениться,

Руки мыть не лениться (Мыло)

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и у медведей. (Расческа)

Волосистой головкой  
В рот она влезает ловко  
И считает зубы нам  
По утрам и вечерам. (Зубная щетка)

Чтобы волосы блестели  
И красивый вид имели,  
Чтоб сверкали чистотой,  
Мною их скорей помой (Шампунь)

**эстафета «Сквозь игольное ушко»** ( Участник бежит, продевает себя через обруч, добегают до ориентира, обегает его, возвращается обратно и продевает снова через себя обруч, добегают до команды и передает эстафету).

**Ведущий:** Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться!

В следующем конкурсе вам ребята нужно быть внимательными, если еда полезная отвечать «Да», если не полезная еда отвечать «Нет».

**Игра «Да и Нет»**

Каша – вкусная еда  
Это нам полезно? (Да)  
Лук зеленый иногда  
Нам полезен дети? (Да)  
В луже грязная вода  
Нам полезна иногда? (Нет)  
Щи – отличная еда  
Это нам полезно? (Да)  
Мухоморный суп всегда –  
Это нам полезно? (Нет)  
Фрукты – просто красота!  
Это нам полезно? (Да)  
Грязных ягод иногда  
Съесть полезно, детки? (Нет)  
Овощей растет гряды.  
Овощи полезны? (Да)  
Сок, компотик иногда  
Нам полезны, дети? (Да)  
Съесть мешок большой конфет  
Это вредно, дети? (Да)  
Лишь полезная еда  
На столе у нас всегда!(Да)  
А раз полезная еда –  
Будем мы здоровы? (Да)

**Ведущий:** Мы ничуть не унываем,  
В новую игру играем.  
Мяч по кругу покатился,  
А потом остановился.

Ты внимательно смотри,  
Вместе с мячиком замри!  
Слово нужное скажи!

### Игра «Мяч по кругу»

(дети младшей или средней группы встают в круг и под музыку передают друг другу мяч, музыка останавливается и у кого в руке мяч выполняет упражнения с мячом).

**Ведущий:** Молодцы ребята!

**Ох и Ах:** Ребята, вы большие молодцы, мы видели как вы дружно играете, соревнуетесь, какие вы быстрые, ловкие, находчивые.

**Ах и Ох вместе:** Вот настал момент прощанья.

Всем спасибо за внимание,  
За задор и звонкий смех,  
За огонь соревнования,  
Обеспечивший успех.

**Ведущий :** Праздник завершать пора-

Крикнем празднику: Ура! Ура! Ура!.

Любите холодную воду, она закаляет ваше тело и ум.

От простой воды и мыла

У микробов тают силы.

Чтоб расти и закаляться,

Надо спортом заниматься.

Закаляйся, детвора,

В добрый час: Физкульт-Ура!»

