

Сценарий спортивного развлечения «От микробов и болезней нам туризм всего полезней»

Цель: Формирование представлений у детей о здоровом образе жизни.

Задачи: - Содействовать расширению знаний и представлений о здоровье. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, выносливость.

- Вызвать желание заниматься физкультурой, выполнять правила гигиены.

На площадку, под веселую музыку заходят дети и рассаживаются по местам.

В:

Здравствуйтесь ребята! (*дети здороваются*). А на какое слово похоже «Здравствуйтесь»? (*дети отвечают*)

Правильно! Слово «здравствуйтесь» не только вежливое приветствие, но и пожелание. Когда мы здороваемся, мы желаем друг другу здоровья. А здоровье всем очень нужно! Давайте еще раз друг с другом громко поздороваемся. (*дети здороваются*)

Ведущий: Посмотрите, что за существа странные ползают? (микробы, и на спортивной площадке они появились. (*обратить внимание детей на микробы*)). Микробы – разносчики болезней. Стоит им только пробраться в организм человека, они начинают там размножаться. Человеку становится плохо, он заболевает. У него поднимается температура, он чихает и кашляет.

Под тревожную музыку выбегает **Вирус** (*взрослый*)

Вирус: Что, не ждали? А я вот решил к вам в гости залететь, может и жить останусь. Я самый главный и опасный **вирус**.

Хоть меня не видит глаз
Заразить могу я вас.
И холерой, и ангиной,
Насморком и скарлатиной.

Ведущий: А почему ты решил, что ты здесь нужен, и мы тебя оставим?

Вирус: Да вот мои помощники микробы наблюдали за вами и мне передали, что некоторые дети не знают и нарушают правила Здорового образа жизни.

Ведущий: Нет, я думаю, ты ошибаешься. Давайте это проверим?

Вирус: Неужели вы справитесь с моими трудными заданиями.

Ведущий: Конечно. Дети расскажут и покажут, что они знают о здоровье. А за каждое выполненное задание ты нам будешь возвращать спортивное оборудование, и убирать один микроб.

Вирус: Ладно, договорились.

Ведущий: Дети, вы справитесь? Тогда за работы. С чего начинается каждое утро? (*с зарядки*) А зачем нужна зарядка, расскажут наши ребята. (*выходят два ребенка старшей группы*)

1-й ребенок:

Для чего нужна зарядка?

Это вовсе не загадка –

Чтобы силу развивать,

И весь день не уставать!

2-й ребенок:

Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и болезней

Спасает нас она.

Ведущий: На зарядку становись! *(дети встают врассыпную на площадке)*

Дети выполняют комплекс утренней гимнастики под музыку.

Кто зарядкой занимается,

Тот здоровья набирается.

(помощник незаметно снимает один микроб)

Ведущий: Ну вот, один микроб пропал.

Вирус : Согласен, зарядкой вы занимаетесь. Но я все равно уходить не собираюсь, потому что никто не знает, что может победить микробы.

Дети: чистота и гигиена.

Ведущий:

От простой воды и мыла

У микробов тают силы!

Вирус : А ваши дети не знают, когда следует мыть руки.

Инструктор:

А мы тебе **расскажем** как соблюдаем правила гигиены:

3 ребенок:

Руки мой после игры

И после туалета.

С улицы пришел – опять

Не забудь про это!

4 ребенок:

И еще закон такой:

Руки мой перед едой.

Запомнить нужно навсегда:

Залог здоровья – чистота!

Ведущий: Предлагаю следующих двух микробов смыть водой.

Игра: «Смой микроб»

Дети делятся на две команды. Дети по одному бегут к стенду с микробом и брызгают в него из брызгалки, возвращаются и передают брызгалку следующему.

Ведущий: Ну вот, еще два микроба лишились места на **спортивной площадке**

(помощник убирает стенды)

Вирус: Рано радуетесь, следующий мой помощник приготовил для вас непростое задание. Как вы думаете, что означает пословица «*Движение – жизнь!*» *(дети размышляют и дают ответы)*

Ведущий: Кто **спортом занимается**, тот здоровья набирается.

Вирус: Ваши дети **спортом** не занимаются, не закаляются и здоровья не набираются.

Ведущий: Наши ребята очень **спортивные**. Посмотри как мы быстро бегаем и ловко оббегаем препятствия. Называется бег «*змейкой*».

Скорее становитесь в две колонны, да покажем **вирусу**, на что мы способны.

Эстафета «Бег змейкой». *(убираем микроб)*

Эстафета «Буду закаляться!».

Участник эстафеты с ведёрком в руках бежит до обруча, становится в него и опрокидывает на себя ведёрко (обливается холодной водой), громко крикнув «Ух!» Обратнo бегом передать ведёрко следующему участнику.

Вирус: Удивлен, удивлен, не думал, что так быстро справитесь с заданием, однако вы не все рассказали про здоровье, не все микробы исчезли. Что-то я ничего не услышал про сладости, неужели вы их не едите?

Ведущий: Едим, но мало.

Вирус: Почему?

5 ребенок:

Предлагают нам повсюду
На ходу поесть фастфуды.
Только от такой еды
Меньше пользы, чем беды!

6 ребенок:

Ешь хорошие продукты –
Кашу, овощи и фрукты.
Лучше соки и морковка,
Чем фастфуд и газировка!

7 ребенок:

Газировка – ерунда,
Просто с химией вода.
Чтобы вырасти высоким,
Лучше пей кефир и соки.

Ведущий:

Ребята, предлагаю закрепить знания о полезных продуктах и отправиться за ними в магазин.

Игра: «Магазин»

Дети делятся на две команды. Они бегут до «магазина», выбирают один полезный продукт и бегут назад. (*Убираем микроб*).

Ведущий: Кто правильно питается, тот с болезнями не знается.

Вирус: Ну надо же, какие детишки попались. Чисто умываются, зарядкой занимаются, с микробами сражаются. Сейчас я их в игре «Иммунитет» заражу.

Ведущий: А у нас есть помощники нашему иммунитету: это лук, чеснок и лимон. (*трём детям даёт муляжи лука, чеснока, лимона*)

Подвижная игра «Иммунитет»

Водящий – **Вирус**. Трое детей – иммунитет. По сигналу **Вирус** начинает догонять и заражать детей **вирусом** (*салить детей*). Те, кого он задел, останавливаются на месте и поднимают руки вверх. Иммунитеты бегут и «лечат» «зараженных» детей, отдав им свой иммунитет. Те в свою очередь помогают другим «заразившимся». (*Пока идет игра, помощники снимают последних микробов*).

Ведущий: Молодцы, хорошо играли, посмотрите, все микробы исчезли!

Вирус: Караул! Все мои микробы исчезли. Колдовство теряю! Погибаю! Мне скорее надо отсюда уносить ноги! (*Вирус убегает*)

Ведущий: Победа за нами! Давайте все крикнем: Здоровью – ура!

Дети: Здоровью – Ура!

Ведущий:

Предлагаю по такому случаю веселая музыкальная игра..

Ведущий:

На прощанье мой наказ:

Помогают нам всегда

Солнце, воздух и вода!

Крепла чтоб мускулатура,

Занимайтесь физкультурой!

Всем привет! Физкульт-ура!

Получить всем сок пора!

(*дети получают сок и идут на участки*)