

Сценарий спортивного мероприятия «Быть здоровым-это модно»

Цель: Закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках, о пользе здорового питания и витаминов. Воспитать интерес к здоровому образу жизни, занятия спортом.

Ведущий: Светлой улыбкой
Дружным парадом
На встречу здоровью
Бежать нам всем надо.

Давайте дружно крикнем- «Дню здоровья, Ура! Ура! Ура!»

Кто скажет, что значит «Быть здоровым». (ответы детей) Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом, закаливаться. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше потанцуем.

Разминка под музыку

Ведущий: Ребята, а вот и Доктор Айболит. (Входит под музыку Айболит, подходит к ребятам, слушает, трогает животики, лбы...)

Айболит: Здравствуйте дети и взрослые!
Я тот самый Айболит,
Что всех излечит, исцелит,
Но к вам пришел я не за тем,
Чтоб ставить градусники всем
Девочки, мальчики все у вас в порядке? (ДА)
Надеюсь все сегодня делали зарядку? (ДА)
Значит все здоровы? Вам не нужны уколы?(НЕТ)

Айболит: Зубы чистите всегда?

Дети: Да!

Айболит: А мочалки и вода с вами часто дружат?

Дети: Да!

Айболит: Знать хочу еще ответ: а неряхи есть тут?

Дети: Нет!

Под музыку входит Обжора и кряхтит

Айболит: Здравствуй мальчик!(девочка)
Ты откуда? И почему ты еле ходишь?

Обжора: Я обжора, не могу пошевелиться

Не умею я трудиться
Тяжело мне и стоять
Всегда хочется мне спать
Только кушаю весь день
Много кушать мне не лень.

Айболит: Кушать много вредно
Шоколад и мармелад
Каждому из вас известно
Для организма – это яд

Обжора: Я не есть не могу

Айболит: Не волнуйся помогу! Ребята, а что надо есть, чтобы всегда быть здоровым?

Дети: Витамины!

Айболит: А где находятся витамины?

Ответы детей (овощи, фрукты, молоко, орехи)

Айболит: Молодцы! Вы назвали очень много полезных продуктов.

Ведущий: Видишь обжора, пища, в которой есть витамины называется здоровой! Это значит, что перечисленные продукты не вредят нашему здоровью, а наоборот его укрепляют. А еще мы с вами знаем, что надо заниматься спортом. Оставайся Обжора с нами, наши ребята тебе помогут постройнеть.

Проводятся эстафеты. Айболит и Обжора участвуют вместе с детьми.

1. «Передай мяч» дети бегут с мячом в руках, обегая куб.
2. «Мачеха и золушка» первый высыпает кубики, второй собирает
3. «Выбери и перенеси». Выбрать из предметов, лежащих на столе гигиенические принадлежности и перенести. Чья команда быстрее.
4. «Солнышко» дети по очереди бегут к интерактивной доске и рисуют лучики у солнышка.

Ведущий: Все команды хорошо играли. Ребята, посмотрите после наших соревнований Обжора то постройнел, похорошел.

Обжора: Вот спасибо помогли, так помогли. Стало мне теперь легче дышать, и я могу теперь и бегать, и скакать. И хочу вам загадать загадки. Наверняка, вы, знаете отгадки.

Загадки:

Костяная спинка жесткая щетинка

С пастой мятной дружит

Нам успешно служит (Зубная щетка)

Хожу, брожу не по лесам

А по усам и волосам

А зубы у меня длинней

Чем у волков и медведей (Расческа)

Ускользает как живое,

Но не выпущу его я

Дело ясное вполне

Пусть помоеет руки мне (Мыло)

Ведущий:

Быть здоровым — это модно!

Дружно, весело, задорно

Утром делать всем зарядку.

Организму — подзарядка!

Знают взрослые и дети

Пользу витаминов этих:

Фрукты, овощи на грядке —

Со здоровьем все в порядке!

Также нужно закаляться,

Контрастным душем обливаться,

Больше бегать и гулять,

Не ленится, в меру спать!

Ну а с вредными привычками

Мы простимся навсегда!

Организм отблагодарит —

Будет самый лучший вид! *Айболит вручает детям витамины и желает крепкого здоровья.*

