Спортивное развлечение ко Дню здоровья для старших дошкольников: «Здоровье - это сила»

***Цель:***

Формировать у дошкольников навыки здорового образа жизни.

Развивать двигательный аппарат, быстрый бег, ловкость, силу, смекалку.

Содействовать развитию хорошего настроения во время спортивных соревнований

Воспитывать внимание друг к другу, честность, дружбу, взаимопомощь, взаимовыручку , вежливость взаимоуважение.

***Оборудование:*** две машины, верёвка, два платка, два мячика, шесть обручей, четыре гантели .

***Ход развлечения.***

Дети под торжественный марш входят в спортивный зал. Обходят круг почёта и выстраиваются полукругом.

**Ведущая:** -Сегодня у нас спортивный праздник, посвящённый Всемирному Дню здоровья, мы все собрались, чтобы посоревноваться и здоровья набраться.

Как говорят: «В здоровом теле – здоровый дух».

**Ведущая:** -Давайте все поздороваемся и пожелаем друг другу крепкого здоровья, много солнца, тепла, голубого неба, свежего воздуха. А чтобы здоровым быть надо физкультурой заниматься, не лениться, рано просыпаться.

**1 ребёнок:**

Мы дружные ребята

Пришли мы в детский сад

И каждый физкультурой заняться очень рад!

**2 ребёнок:**

Чтобы всегда в хорошем настроении быть

Надо нам о лени позабыть

Мы любим, прыгать и бегать

С друзьями зарядку делать

***Приветствие команд***

1 команда «Пингвины»

*Девиз*: Мы пингвины просто класс

Победи, попробуй нас

2 команда «Светлячки»

*Девиз:* Хоть свет наш слаб и мы малы

Но мы дружны и тем сильны.

Сюрпризный момент- приход врача.

**Ведущая: -**А мы врача не вызывали.

**Врач:** -А я пришёл проверить у детей температуру, померить пульс, может кому- нибудь сделать укол от вируса?

**Ведущая:** -Дети, кому-то плохо, нужна врачебная помощь?

**Врач:** -А почему вы все здесь собрались?

**Ведущая**: -У нас в детском саду спортивное соревнование и о болезни мы и знать не хотим. Лучше доктор с нами давай становись и разминку начинай.

***Разминка***. Комплекс общеразвивающих упражнений под музыку.

**Ведущая: -** Доктор, а теперь посмотри какие наши дети шустрые

1. Игра – эстафета «Весёлый платочек».

Дети в командах становятся парами лицом друг к другу, берут платок за уголки на середину платка кладут мячик и несут вместе, обходят кеглю и бегут обратно передавать эстафету другой паре.

**Ведущая:-** Ну, что , доктор наши дети похожи на больных?

**Врач: -**Нет, больных пока я не вижу.

**Ведущая:**- А ещё наши дети хорошо умеют держать равновесие.

1. Игра – соревнование «С кочки на кочку»

Дети по очереди переходят по «кочкам» на земле , стучат по кегле и возвращаются назад по тем же «кочкам» передавать эстафету. Нельзя становиться на землю ногами.

1. Соревнование: «Перетягивание верёвки»

**Врач:** - Наверное, много витаминов съели ваши спортсмены, они такие сильные.

**Ведущая:** - А сейчас вам задание, чья команда быстрее выстроится?

-Доктор, а вы любите путешествовать на поезде? Мы вас приглашаем на наш весёлый поезд.

4. Игра – эстафета «Поезд и вагончики».

Первый участник команды бежит к ориентиру, обегает его, бежит назад, берёт товарища и снова бежит к ориентиру вдвоём, обегает его, затем бегут втроём и так пока всех членов команды не заберёт.

**Ведущая:-** Понравилось кататься, а бегать наш доктор умеет? А наши дети самые быстрые в мире.

5.Игра –эстафета «Чья команда быстрее»

Двое с платком в руках прыгают на обеих ногах из обруча в обруч, оббегают кеглю, затем бегут, быстро назад передают платок другому участнику.

**Ведущая:** -Видишь, доктор, какие у нас дети спортивные и здоровые и температуры у них нет.

**Врач:** - А я сейчас проверю, есть у меня спортивные термометры.

6. .Игра –эстафета «Бег с гантелями»

Дети берут по одной гантели в руки ,

Быстро бегут к кегле, обегают её, затем возвращаются обратно передавать эстафету.

**Ведущая:** -Доктор, а у тебя есть спортивный экологически чистый транспорт?

**Врач:** - Есть, вот прошу соревноваться, как гонщики.

7. .Игра –эстафета «Гонщики»

Гонки на машинках, дети по очереди едут к ориентиру и обратно передавать эстафету.

**Ведущая:** - Доктор, теперь вы убедились, что на нашем празднике лечить никого не надо. Мы спортом занимаемся, витамины употребляем.

**Врач:** - Да в вашем детском саду просто класс: все спортивные, мужественные, сильные, ловкие и здоровые! До свидания! Всем крепкого здоровья!!!

**Ведущая**: -Всего наилучшего!!!- Дети все молодцы!

**Дети:** - В здоровом теле- здоровый дух!