«Физкультурное развлечение для детей»

**«День здоровячка»**

Цель: продолжать знакомство со здоровым образом жизни. (закаляться, правильно питаться, следить за чистотой своего тела, умываться утром и вечером, чистить зубы, полоскать рот, обязательно мыть руки, овощи и фрукты перед едой, следить за своей одеждой)

Спортивный инвентарь: 2 стойки, канат,2 туннеля, маленькие пластмассовые шарики, мячики,

-деревянные ложки, муляжи фруктов и овощей

Ведущий Добрый день дорогие участники и гости нашего праздника! Сегодня мы здесь собрались чтобы отправиться в страну «Здоровячков». Все дети и взрослые хотят быть здоровыми. А что для этого нужно?

Ответы детей:……………………

Правильно: нужно заниматься физкультурой, закаляться, правильно питаться

,следить за чистотой своего тела. Но прежде чем отправиться в путешествие, нужно немного размяться

Танец «Лавата»

Ведущий: Ребята, а сейчас я хочу вам прочитать несколько строк, а вы мне скажите про кого это.

Что за шум? Что случилось?

Одеяло убежало, ускакала простыня,

И подушка как лягушка ускакала от меня

Я за свечку, свечка в печку!

Я за книжку- та бежать и в припрыжку под кровать.

Яхочу напиться чаю к самовару подбегаю,

Но пузатый от меня убежал, как от огня!

Ведущий: Мальчик только носик мочит – умываться он не хочет.

Как ребята называется, тот кто плохо умывается…

Ответы детей.

Ведущий: Ах, ты гадкий, ах ты грязный неумытый поросенок!

Ты чернее трубочиста полюбуйся на себя!

У тебя на шее вакса, у тебя под носом клякса.

У тебя такие руки, что сбежали, даже брюки.

Даже брюки.даже брюки убежали от тебя.

Ведущий: Ребята, если в грязной квартире жить, то вы будете здоровы? Что для этого надо сделать?

Ведущий: Среди наших ребят нет грязнуль и лентяев.

Ведущий: «Ребята нужно рано подниматься, утром умываться

Ежедневно по утрам надо зарядку делать вам.

Ведущий: Внимание, внимание!

К солнцу руки поднимаем. Дружно весело шагаем.

Приседаем и встаем и не чуть не устаем.

Ведущий: а теперь нас ждет веселая эстафета. У нас есть две команды: «Здоровяки»и»Растишки

Ведущий:

1 Разминка. Оббежать вокруг кегли и обратно.

2 «Пронеси на ложке и не урони»

3 «Пролезь втоннель»

4 «Пингвины» (прыжки на двух ногах с зажатым мячиком между ног)

5 «Перетягивание каната»

6 «Фрукты и овощи» (Одна команда собирает овощи др. фрукты)

Жюри подводит итоги.

**А мы пока поиграем в игру «Да, 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 гряда овощи полезны - Да

Сок, компотик иногда нам полезны, дети - Да

Съесть большой мешок конфет это вредно, дети - Да

Лишь полезная еда на столе у нас всегда - Да

Ведущий:

Ну а теперь итоги соревнований