

Праздник «Здоровья»

Дети входят в физкультурный зал выстраиваются по периметру.

Их встречает клоун Спортивкин.

Клоун: Здравствуйте, друзья! Я клоун Спортивкин, пригласил вас сюда для того чтобы отметить праздник спорта, чтобы в весёлых играх и эстафетах вы показали, какие вы дружные спортивные.

Праздник спорта и здоровья сейчас мы начинаем.

Каждый день у нас, ребята,

Начинается с зарядки

Даже утром самым хмурым

Веселит нас физкультура!

И, конечно, очень важно:

Чтоб зарядку делал каждый!

Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и болезни

Спасает нас она.

Покажите, как вы по утрам делаете зарядку.

Зарядка «Солнышко лучистое»

Клоун: Здоровье в порядке-

Дети: Спасибо зарядке!

Клоун: Сияет солнышко с утра

Ему мы очень рады.

Ребята! Начинать пора

Спортивные соревнования!

Чтоб победы вам добиться,

Нужно честно потрудиться.

В играх правила все знать,

Их отлично выполнять!

Вот сегодня у нас получились две большие спортивные семьи, которые будут соревноваться между собой. Давайте поприветствуем их!

В соревнованиях участвуют следующие команды:

1 команда : «ОДУВАНЧИК»

2 команда: «ВЕСНУШКИ»

Командам для приветствия построиться!

Капитан («Веснушек») :

Мы приветствуем команду «Одуванчики»

Физкульт...

Все дети: - ПРИВЕТ!

«Держитесь вместе, чтоб не сдуло! »

Капитан («Одуванчиков! ») :

Мы приветствуем команду «Веснушки»

Физкульт...

Все дети: - ПРИВЕТ!

«Конопатым и курносым никогда не вешать носа! »

Клоун: Приветствие команд закончилось. Команды к соревнованиям готовы. Тогда можно начинать. Слушайте внимательно правила каждой игры.

1 Задание «Перенеси груз»

Эта игра – разминка для всей команды.

Поточным методом, т. е. из рук в руки перенести груз с машины на склад. Выигрывает та команда, которая, не повредив груз, быстрее закончит разгрузку.

2 Задание «Бег в мешках»

Участвуют в игре по 3 ребенка.

Клоун: Бег бывает очень разный...

Но всегда такой прекрасный.

Быстрый, медленный и средний.

Бег с препятствием, барьерный.

И выигрывает тот,

Кто ни в чем не отстает!

3 Задание. «Дружные пары»

Клоун: А наш бег с препятствиями мы назовем «Дружные пары», т. к. от дружного слаженного бега в паре зависит победа вашей команды.

Послушайте правила игры.

Пары составляют из двоих детей.

Они должны надев на себя обруч, оббежать препятствие и передать обруч другой паре. Чья команда быстрее закончит бег?

Клоун: А сейчас у нас небольшая минутка отдыха.

Игра с малышами «Мои ручки хороши»

Клоун: Продолжаем наши соревнования:

4 Задание «Эстафета с мячом»

Играют только дети. Игрок передает мяч назад поднятыми над головой руками. Последний игрок с мячом бежит вперед и становится впереди первого игрока и передает таким же образом мяч назад.

Клоун: Будьте внимательны, не нарушайте правила игры и старайтесь не потерять мяч.

5 Задание «Городки»

Это игра на меткость. Участвуют по 3 человека от команды. Выбивать городки нужно битой.

Клоун: Замер тихо стадион –

Кто же будет чемпион?

Павлик, Вова, Ксюша, Даша,

Или Стас, Илья и Саша?

Кто метнет подальше вдаль,

Тот получит и медаль!

6 Задание «Меткие стрелки»

Играют 4 ребенка.

Кто больше сделает попаданий в корзину.

Клоун:

Есть одна игра для вас –

Я прочту, а вы кончайте,

Хором, дружно отвечайте:

Вот разбежался сильно кто-то

И без мяча влетел -.... в ворота!

А Петя мяч ногою – хлоп –

И угодил мальчишке в ... лоб!

Хохочет весло мальчишка

На лбу растет большая... шишка!

Но парню шишка нипочем

Опять бежит он за ... мячом!

7 Задание. «Перетяни канат»

Клоун: Вот и закончились соревнования. Кто-то сегодня выиграл, кто-то проиграл. Но не это главное. Главный победитель сегодня :

Это ваше здоровье!

Всем известно, всем понятно,

Что, здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен!

Проживешь сто лет! –

Вот и весь секрет!

Клоун:

За участие в соревнованиях, за волю к победе участники награждаются золотыми шоколадными медалями.

Под музыку дети расходятся.

Девизы:

«Завяжите крепче кеды и шагайте до победы! », «Будьте дружны, как муравьи! », «Жить без улыбки - просто ошибка! »