

**МБДОУ д/с № 21**

# **Сценарий праздника «День физкультурника» для детей старшего дошкольного возраста**

**Подготовили: Аникеева Л. М.  
Гузовская И. П.  
Мощева Т. Н,**

**г. Зеленогорск, 2016**

**Задачи:** развивать у детей умение ставить перед собой цель и достигать её, преодолевая препятствия: совершенствовать физические качества; доставить детям чувство радости.

**Оборудование:** 2 обруча, кегли, 2 мяча, 2 ракетки с воланчиками, 2 тазика с водой, 2 ведра, 2 деревянные ложки, киндерсюрпризы и деревянные палочки по количеству детей.

### **Ход праздника.**

**Ведущий.** На спортивную площадку

Приглашаем всех мы вас

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

***Под музыку идут по кругу.***

**Ведущий.** Здравствуйте, ребята! Мы сегодня собрались на спортивный праздник, посвященный Дню физкультурника. Физкультурники это кто? (*диалог о том, кто такие физкультурники*). Молодцы, ребята, а теперь давайте послушаем стихи о физкультуре

### **Стихи.**

1. Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку-

Утром сделаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решение –

Бег полезен и игра

Занимайся детвора!

2. Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От занятий физкультурой

Будет стройная фигура

Нам полезно без сомненья

Все, что связано с движеньем.

**Ведущий.** Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные команды...

Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь спорт – залог хорошего настроения и отличного здоровья

Командам подготовиться к приветствию! (***Капитаны выходят вперёд***)

Командам поприветствовать друг друга. (***Приветствие команд***)

**Ведущий.** Всем, ребята, мой привет

И такое слово:

Спорт любите с детских лет,

Будете здоровы!

Ну-ка дружно, детвора,

Крикнем все:

## **Физкульт-ура!**

**Ведущий.** Вести соревнования буду я, а помогать мне в проведении праздника будет Клоун Поиграйкин. Прошу любить и жаловать! *(Под весёлую музыку вбегают Клоун)*

**Клоун Поиграйкин.** Здравствуйте, ребяташки, девчонки и мальчишки! Как дела? Ну-ка скажите, как вы живете? Ответы детей.

**Клоун Поиграйкин.** Эх, вы! Кто так отвечает? Надо же выставить вперед большой палец и сказать: «Вот так! »

### **ИГРА «ВОТ ТАК! »**

*(Клоун задает детям вопросы и показывает движения, дети повторяют за ним движения)*

**Клоун:** Как дела?

**ДЕТИ:** Вот так! (показывают большой пальчик)

**Клоун:** Как в детсад идете?

**ДЕТИ:** Вот так! (изображают ходьбу на месте)

**Клоун:** Как домой из садика бежите?

**ДЕТИ:** Вот так! (бегут на месте)

**Клоун:** Как без воспитателя шумите?

**ДЕТИ:** Вот так! (топают ногами)

**Клоун:** А как в тихий час спите?

**ДЕТИ:** Вот так! (складывают ладошки вместе, прикладывают к щечке, закрывают глаза)

**Клоун:** Как над шутками смеетесь?

**ДЕТИ:** Вот так! (схватившись за живот, смеются вместе с Клоуном)

**Клоун:** А как плачете, когда мама не дает шоколадку?

**ДЕТИ:** Вот так! (трут кулачками глаза, изображают плач)

**Клоун:** Как шалите?

**ДЕТИ:** Вот так! (надув щеки, хлопнуть по ним)

**Ведущий.** Поиграйкин, а с чего у тебя начинается утро?

**Клоун Поиграйкин.** Конечно же, с утренней зарядки!

**Ведущий.** Молодец, ты Поиграйкин правильно начинаешь свой день, вот и сейчас я предлагаю нашим командам начать наш праздник с разминки, т. е с зарядки. Ты мне поможешь?

**Клоун Поиграйкин.** Да, с удовольствием!

*(Под веселую музыку, команды по показу Клоуна, выполняют ритмическую гимнастику «Солнышко лучистое»)*

**Ведущий:** Здорово, это у вас получилось! Мне понравилось!

**Ведущий:** Чтоб проворным стать атлетом

Проведем мы эстафету.

Будем бегать быстро, дружно

Победить нам очень нужно!

Да пора нам определить, чья команда спортивнее. Мы посмотрим, в какой команде самые смелые, ловкие и умелые ребята.

### **Эстафеты.**

**1. «Передай мяч».** А теперь звонко и вскачь  
Прыгает веселый мяч! *(передача мяча между ног)*

**2. «Такси».** А теперь поедem мы  
На веселом на такси! *(Капитаны за рулем – в обруче, подбегают к команде и по одному человеку перевозят к финишу)*

**3. «Пронеси мяч».** А чтобы ловкость приобрести -  
Попробуй мячик на ракетке пронести!

**Клоун Поиграйкин.** Вижу, здорово у вас все получается. Вижу, вы и быстрые, и ловкие, и дружные. Предлагаю всем вместе потанцевать.

### **Танец "У жирафов"**

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

*(Хлопаем по всему телу ладонями)*

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носках.

*(Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела )*

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде. *(Щипаем себя, как бы собирая складки )*

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носках. *(Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела )*

У котятok шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.

У котятok шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.

*(Поглаживаем себя, как бы разглаживая шёрстку)*

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носках. *(Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)*

А у зебры есть полоски, есть полосочки везде.

А у зебры есть полоски, есть полосочки везде. *(Проводим ребрами ладони по телу (рисует полосочки)*

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носках. *(Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)*

**Ведущий.** А вы знаете, что еще кроме зарядки нам нужно для здоровья?

Они берегут нас

От всяких болезней.

Чем больше их в пище,

Тем пища полезней.

В банане и йогурте,

В горстке малины-  
Повсюду чудесные  
Есть... **витамины**.

И сегодня к нам в гости пришли самые важные витамины. Давайте их поприветствуем.

### **Стихи про витамины**

1. Я витамин А  
Расскажу вам не тая,  
Как полезен я, друзья!  
Я в морковке и томате,  
В тыкве, в персике, в салате.  
Съешь меня - и подрастешь,  
Будешь ты во всем хорош!  
Помни истину простую:  
Лучше видит только тот,  
Кто жует морковь сырую  
Или пьет морковный сок!

2. Я витамин В  
Рыба, хлеб, яйцо и сыр,  
Мясо, птица и кефир,  
Дрожжи, курага, орехи –  
Вот для Вас секрет успеха!  
И в горохе тоже я.  
Много пользы от меня!  
Очень важно спозаранку  
Съесть за завтраком овсянку.  
Черный хлеб полезен нам –  
И не только по утрам.

3. Я витамин С  
Земляничку ты сорвешь –  
В ягодке меня найдешь.  
Я в смородине, в капусте,  
В яблоке живу и в луке,  
Я в фасоли и в картошке,  
В помидоре и горошке!  
От простуды и ангины  
Помогают апельсины.  
Ну а лучше съесть лимон,  
Хоть и очень кислый он.

4. Я Витамин Д  
Я полезный витамин,  
Вам, друзья, необходим!  
Кто морскую рыбу есть,  
Тот силен как Геркулес!  
Если рыбий жир полюбишь,  
Силачом тогда ты будешь!  
Есть в икре я и в яйце,

В масле, сыре, молоке.

**Клоун Поиграйкин.** Давайте продолжим наши соревнования

### **Эстафеты.**

#### **1.Эстафета «Веселое солнышко»**

*Каждая команда получает по обручу и деревянные (пластмассовые) палочки. Количество палочек должно соответствовать количеству участников каждой команды. Сначала кладут обруч, затем к нему присоединяют палочки-лучики. Таким образом, под веселую музыку обе группы дошкольников выкладывают на земле солнышко.*

#### **2.Эстафета. «Перенеси водицу в поварешке»**

Итак, препятствие — поварешка!

А в поварешке — вода.

Бежать нельзя, дрожать нельзя.

Смеяться можно,

Но только очень-очень осторожно.

*Первые игроки команд ложкой зачерпывают воду, бегут до ориентира, выливают воду в ведро, бегом возвращаются обратно и передают ложку следующему участнику.*

#### **3.Эстафета «Шлепни по водичке»**

*Напротив каждой команды на расстоянии 5 м стоит таз с водой. Перед ним выстроены в ряд 6 кеглей. По сигналу первые игроки, выполняя бег «змейкой», добегают до таза, шлепают рукой по поверхности воды и возвращаются к своей команде. Далее в эстафету включаются следующие участники. Выигрывает команда, игроки которой первыми закончат задание.*

#### **4.Эстафета «Поймай рыбку»**

А сейчас мы с вами превратимся в рыбаков, но не в простых, которые ловят рыбу удочками. Мы будем ловить рыбу деревянными ложками.

*У первых игроков в команде деревянная ложка, они бегут к тазу с водой, в котором плавают «рыбки»(киндерсюрпризы), вылавливают «рыбку», опускают ее в ведро, возвращаются к своей команде, ложку передают следующему участнику, встают в конец колонны. Побеждает команда, которая быстрее выловит свою «рыбу».*

**Ведущий.** Ребята, давайте с вами подумаем, что еще нам нужно для здоровья. Об этом нам сейчас расскажет ...

#### **Ребенок. Стихотворение «Малыш, ты хочешь быть здоров?»**

Малыш, ты хочешь быть здоров,

Не пить плохих таблеток,

Забыть уколы докторов,

И капли из пипеток?

Чтобы носом не сопеть,

И не кашлять сильно,  
Обливайся каждый день,  
Лей весьма обильно.  
Чтоб в учебе преуспеть,  
И была смекалка,  
Всем ребятушкам нужна  
Водная закалка.  
(Т. Семисынова)

**Клоун Поиграйкин.** Сейчас я проверю знаете ли вы, что полезно делать, а что вредно?

**Игра «Что полезно, а что вредно? »**

- 1-Чистить зубы по утрам и вечерам?
- 2- Кушать чипсы и пить газировку?
- 3- Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета?
- 4- Гулять на свежем воздухе?
- 5-Объедаться конфетами и мороженым?
- 6-Гулять без шапки под дождем?
- 7-Делать по утрам зарядку?
- 8-Закаляться?
- 9-Поздно ложиться спать?
- 10-Кушать овощи и фрукты?

**Ведущий.** А сейчас внимание - заключительное соревнование. Конкурс для самых метких и ловких!

**Конкурс капитанов « Снайпер»**

*(Сбить кегли при помощи мяча)*

**Ведущий:** Все испытания пройдены. Мы верим, что эти соревнования надолго останутся в вашей памяти. Команды, за Поиграйкиным в одну колонну становись! В обход по залу шагом марш!

***Под марш команды проходят по залу и останавливаются у центральной стены. Награждение.***

**Клоун Поиграйкин.** Всем спасибо за внимание, за задор и звонкий смех, За огонь соревнования, обеспечивший успех.  
Вот настал момент прощанья, будет краткой наша речь –  
Говорим мы «до свиданья», до счастливых новых встреч!

---