

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 17 г. Челябинска»

**КОНСПЕКТ ФИЗКУЛЬТУРНОГО РАЗВЛЕЧЕНИЯ**  
для детей старших и подготовительных групп  
«С физкультурой мы дружны – нам болезни не страшны»

Воспитатели:  
Комаровская Л.В.,  
Сырникова Ж.В.

## ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ:

- закрепить у детей знания о здоровом образе жизни;
- продолжать развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость, прыгучесть;
- продолжать воспитывать доброжелательные отношения к сверстникам, организованность, настойчивость в достижении положительных результатов.

**ОБОРУДОВАНИЕ:** Костюмы Микробов и доктора Айболита, мяч баскетбольный – 2 шт., мяч футбольный – 2 шт., корзина с грязными овощами и фруктами (муляжи), бревно – 2 шт., дуги – 4 шт., обручи – 10 шт., канат – 1 шт., витамины.

## ХОД РАЗВЛЕЧЕНИЯ:

Ведущий. Все собрались? Все здоровы?  
Бегать и играть готовы?  
Ну, тогда подтянись, не зевай и не ленись,  
На разминку становись!  
Веселые движения – полезные движения,  
Кто ими занимается – здоровья набирается,  
А кто не занимается – с болезнями наμαστεя.

### **РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА «Утренняя гимнастика» (Dj Valer)**

Ведущий. У нас сегодня карнавал здоровья.  
Быть здоровыми хотят и взрослые, и дети.  
Как здоровье сохранить?  
Кто может мне ответить?

### **«ЧТО ПОЛЕЗНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ»**

Ведущий. Сегодня на нашем празднике будут соревноваться 2 команды: «Неболейка» и «Крепыш».

#### **Команда «Неболейка»**

Мы решили никогда не болеть!  
Не болеть? Это надо уметь!  
Наш девиз: «Если хочешь быть здоров – закаляйся!»

#### **Команда «Крепыш»**

Стань здоровым, ловким, крепким,  
Стань выносливым и метким!  
Наш девиз: «В здоровом теле – здоровый дух!»

Ведущий. Начинаем наши соревнования. Загадаю вам загадку:  
«На пол бросишь ты его – он подпрыгнет высоко». (мяч)

### **ЭСТАФЕТЫ:**

- 1) Бег, отбивая мяч.
- 2) Передача мяча назад между ног, вперед над головой.
- 3) Ведя мяч ногами.
- 4) Прыжки, зажав мяч между колен.

*(заходят Микробы)*

1 микроб. Ну вот, и добрались мы к вам, друзья! Апчхи, апчхи!

2 микроб. Кха, кха. Пора заняться черным делом нам. *(кашляют и чихают)*

Ведущий и дети. Будьте здоровы!

1 микроб. Опять эти слова... ненавижу их! Не люблю здоровых, смелых и веселых!

2 микроб. Мы любим ленивых, хилых, некрасивых и совсем больных.

Ведущий. Кто пришел в неожиданный час?

Праздник здесь сейчас у нас.

Мы гостей уже не ждали, танцевали и играли,

Веселились все на диво, и одеты мы красиво.

А у этих странный вид, что-то он не веселит.

Кто такие? Отвечайте! Праздник нам не нарушайте.

Микробы. Мы – микробы. *(поют)*

По воздуху летают микробы, микробы,

На кожу попадают микробы, микробы.

Когда ты вдруг чихаешь и рот не прикрываешь,

Микробы вылетают, вокруг всех заражают.

1 микроб. Вы дружно тут кричали, наверное, устали...

Не пора ли по домам, иль в больницу к докторам?

Ведущий. Нет, ничуть мы не устали, мы еще бы поиграли.

2 микроб. Ну, не хотите, как хотите, мы принесли вам гостинцы.

*(достают из корзины грязные овощи и фрукты, предлагают детям)*

Ведущий. Микробы, ваши овощи и фрукты грязные, их надо помыть.

2 микроб. Ну и что, ни к чему перед едой мыть фрукты-овощи водой.

Их нужно съесть, воды попить, потом в животике помыть.

Ведущий. Ребята, правильно микробы говорят?

Ребёнок. Все мы любим умыться и опрятно одеваться.

Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

К спорту мы неравнодушны, аккуратны и послушны.

Вот любимые продукты: витамины, соки, фрукты...

Мы сильны, крупки, красивы – всем на зависть и на диво.

Хором скажем вам сейчас... *(все)* Нет вам места среди нас!

Микробы. А мы все равно не уйдем!

Ведущий. Ребята, я знаю, что делать.

От простой воды и мыла у микробов тает сила.

Давайте все вместе станцуем.

### **ИГРА-ТАНЕЦ «СТИРКА»**

*(микробы пугаются и убегают)*

Ведущий. Чтоб от микробов защититься, водою с мылом нужно мыться.

И каждый день перед едой мыть фрукты-овощи водой.

А теперь продолжим наши соревнования.

Следующий конкурс для болельщиков.

### **«НАЗОВИ ВИДЫ СПОРТА»**

Ведущий. Девочки – внимание! Мальчики – внимание!

Есть для вас еще одно веселое задание!

### **ЭСТАФЕТА «ДОРОЖКА ПРЕПЯТСТВИЙ»**

1) Пройти по бревну.

2) Пролететь под дугами.

3) Прыжки из обруча в обруч.

Ведущий. Следующее задание: В строй скорее становись, да крепче за канат держись!

### **«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА»**

*(заходит доктор Айболит)*

Д.А. У кого болит? От чего болит?

Всех излечит, исцелит добрый доктор Айболит!

Я приехал к Пете, я приехал к Коле.

Здравствуйте, дети, кто у вас болен?

Ведущий. Здравствуй, добрый доктор Айболит. У нас сегодня физкультурный праздник, мы все здоровые и веселые.

Д.А. Не может быть.

Ведущий. Дети, разве у нас кто-нибудь болен?

Д.А. Я должен это проверить. *(проверяет детей)*

Сейчас погляжу из очков на кончики язычков.

Есть ли у вас девочки чумазые?

Дышите, не дышите.

Неужели никто уколов не боится?

Ведущий. Мы день зарядкой начинаем, и танцуем, и поем.

И несколько не скучаем, очень весело живем.

А сейчас у нас проходят соревнования между командами «Неболейка» и «Крепыш».

Д.А. Ну-ка, ну-ка, посмотрим.

Ведущий. Сейчас мы поиграем в игру-соревнование...

### **«В КОЛОННУ, СТАНОВИСЬ!»**

Д.А. Вижу, вижу, молодцы, за это я угощу вас витаминами. *(угощает детей)*

На прощанье мой наказ:

Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,

Чтоб прогнать усталость, лень,

Ешьте витамины каждый день!

Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!

Помогают нам всегда – солнце, воздух и вода!

Крепла чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!

До свиданья, детвора! Всем привет! Физкульт – ура!