**Сценарий развлечения «Здоровее хотим стать!»**

*Подготовительная группа*

**Цели**:

- развитие координации, быстроты, ловкости;

- формирование навыков здорового образа жизни, желания заниматься спортом;

- воспитание чувства взаимопомощи, товарищества, сопереживания.

**Оборудование и материалы:**  мячи баскетбольные (4 шт.), воздушные шары жёлтого цвета (10 шт.), грузовые машинки (2 шт.), обручи (6 шт.), маленькие мячи (6 шт.), кегли, корзинки (2 шт.)

***Неболейка:***
К нам! Сюда! Собирайся народ!
Сегодня вас много интересного ждет!
***Нехворайка:***
Наконец-то мы явились!
Уже подумали, что заблудились…
***Неболейка:***
Здравствуйте, ребятишки,
Девчонки и мальчишки,
Здравствуйте, взрослые,
Высокие и низкорослые.
***Нехворайка:***
Худые и толстые,
Рыжие и конопатые,
Лысые и вихрастые!
В общем, все здравствуйте!
***Неболейка:***
Дорогие ребята, сегодня отдыхающие,
Повеселиться очень желающие.
***Нехворайка:***
Мы зовем к себе всех,
Кто любит шутку, веселье и смех.
***Неболейка:***
Сердцем радуемся,
Низко кланяемся.
***Нехворайка:***
Начинаем вместе представление,
Всему миру на удивление!
***Неболейка:*** Ребята, а вы знаете, кто мы?
***Нехворайка:*** Я Нехворайка!
***Неболейка****:* А я Неболейка!
***Нехворайка:*** Как вы думаете, почему нас так зовут? *(дети отвечают)*
***Неболейка****:* Правильно, потому что мы никогда не болеем и не хвораем!
***Нехворайка:*** А помогает нам в этом здоровый образ жизни!
***Неболейка:*** А что такое, по вашему, здоровый образ жизни? *(дети отвечают)*
***Нехворайка:*** Правильно, ребята. Ведь чтобы быть здоровым, сильным и крепким необходимо делать утреннюю зарядку.
**Ребенок**: Я со спортом подружился

Он мой самый лучший друг!

Приучил себя к порядку

Утром делаю зарядку,

Днём пробежка и прыжки,

Вечером кувырки.

Да, упражненья не легки.

Но, зато я бодр и весел

И всегда с задорной песней!

Поёт песенку о спорте:

Раз, два, три, четыре, пять – здоровее хотим стать!

Быть спортивным не ленись, на зарядку становись!

***Неболейка:*** А ты знаешь, Нехворайка, что утреннюю зарядку делают не только люди, но и все звери? Нехворайка, давай научим наших друзей «Звееробике».

***Танцевальная игра «Звееробика»***

***Нехворайка:*** Ну вот, зарядку мы с вами сделали, а теперь, чтобы получит заряд бодрости и хорошего настроения, а это тоже очень важно для здоровья, мы немного поиграем.

***Неболейка****:* Внимание! Внимание!

Начинаем игровую программу

«Здоровее хотим стать!»

Можем это доказать.

***Нехворайка:*** Ребята, что необходимо делать, чтобы быть здоровыми, сильными, красивыми? *(заниматься спортом, придерживаться режима дня, правильно питаться).* В ходе игровой программы мы с вами поговорим о пользе овощей и фруктов.

**1 Конкурс «Донеси арбузы»**

*Команды стоят на линии старта, в колонну друг за другом, в руках первые игроки держат по два мяча. По свистку первые игроки добегают с мячами до черты, возвращаются, передают мячи следующему игроку. Выигрывает команда, первой закончившая задание.*

***Неболейка:*** Арбузы – сладкие, ароматные, сочные. Эта ягода невероятно вкусна и полезна, повышает иммунитет и укрепляет сердечно – сосудистую систему. В арбузный сезон надо есть её, как можно больше!

**2 Конкурс «Собирай урожай»**

*А собирать мы будем груши. Добежать до черты, положить на ложку воздушный шарик, вернуться, не уронив шар, передать ложку следующему игроку. Выигрывает команда, которая первой перенесёт все шары.*

***Нехворайка:*** Грушу часто называют королевой фруктов. В ней содержатся редкие эфирные масла и биологически – активные вещества, которые способствуют повышению иммунитета и защитных сил человеческого организма, его способности бороться с инфекциями, воспалительными процессами и даже депрессиями.

**Конкурс капитанов «Мудрые советы»**

*Составить из слов  пословицу, объяснить. Кто быстрее?*

1. За ягодами пойдёшь – здоровье найдёшь.

2. Зелень на столе – здоровье на 100 лет.

***Нехворайка:*** А теперь самое время отдохнуть и потанцевать, ведь хороший отдых тоже полезен для здоровья!

***Танец «Буги-вуги»***

**3 Конкурс « В огород сейчас пойдём и капусту привезём»**

*С машинкой добежать до черты, взять и положить в кузовок мяч, перевезти, не уронив его. Следующий игрок увозит обратно до черты. Побеждает команда, первой закончившая задание.*

***Неболейка****:* Капуста придаёт организму крепость, бодрость, снижает усталость, устраняет головную боль, успокаивает нервную систему, создаёт хорошее настроение.

**4 конкурс «Посадка лука»**

*Первый игрок раскладывает маленькие мячи  по одному в три обруча, следующий игрок собирает. Побеждает команда, первой закончившая эстафету.*

 ***Нехворайка:*** Лук является природным антибиотиком, оберегающим человека от простудных и инфекционных заболеваний. Лук активизирует обмен веществ, способствует очищению крови и стимулирует пищеварительные процессы.

**5 Конкурс «В огород пошли, морковь нашли»**

*Первый игрок с корзиной в руках добегает до черты, собирает кегли в корзинку, возвращается, передаёт следующему. Второй игрок переносит морковь до черты и оставляет её там. Побеждает команда, первой закончившая задание.*

***Неболейка:*** Морковь оказывает большое лечебное влияние на организм человека. Повышает активность всех органов, приводит в норму обмен веществ, очищает кровь от токсинов и вредных веществ.

***Нехворайка:*** Вот и подошло время подведения итогов. Что будем делать, чтобы стать чуточку здоровее?  *(заниматься спортом, кушать овощи и фрукты).*

**Ребенок:** Кушай овощи и фрукты,

Бегай, прыгай и играй

Здоровье с детства укрепляй!

***Неболейка:*** Нехворайка, как же здорово быть здоровым! А как ты думаешь, по какому признаку можно определить здорового человека?

***Нехворайка:*** Конечно же, по улыбке! Ведь когда у человека ничего не болит, он всегда улыбается!
 ***Неболейка:*** И заключительным ярким аккордом нашей встречи станет песня «Улыбка»

***Песня «Улыбка»***

*Награждение команд, вручение каждой команде вкусных и полезных фруктов.*