**Сценарий спортивного – познавательного развлечения для детей и родителей «Цветок здоровья»**

Вид: физкультурное занятие игрового типа, совместное с родителями.

**Тема: *«*Цветок здоровья*»***

**Цель:** приобщениеродителей и сотрудников к эффективной организации оздоровительнойработы с детьми в ДОУ.

**Задачи:**

Образовательные:развивать физические качества, самостоятельную двигательную активность, обогащать двигательный опыт;

Оздоровительные:повышать физическую активность и работоспособность детского организма;

Воспитательные:воспитывать коллективизм, умение работать в команде; желание бытьздоровым;

**Ход занятия.**

Зал украшен рисунками детей, плакатом *«Быть здоровым – здорово!»*

Под музыку *«На зарядку!»* дети колонной входят в зал. Перестраиваются в шеренгу.

Инструктор:

Все собрались? Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись, не зевай и не ленись,

На разминку становись!

(дети выполняют музыкально-ритмические движения под музыку)

Сегодня вас ожидает много сюрпризов. Вот один из них: встречайте наших гостей!

(под спортивный марш входят несколько **родителей в спортивной форме**, проходят под аплодисменты присутствующих по кругу и становятся шеренгой напротив детей)

**Родители**:

1. Всем ребятам наш… *(все вместе)* привет! И такое слово:

Спорт любите с малых лет – будете **здоровы**!

2. Всем известно, всем понятно, что **здоровым быть приятно**.

Только надо знать, как **здоровыми стать**!

3. В мире нет рецепта лучше – будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет – вот и весь секрет!

4. Приучай себя к порядку – делай каждый день зарядку.

Смейся веселей, будешь **здоровей**.

5. Спорт, ребята, очень нужен! Мы со спортом крепко дружим!

Спорт – помощник, спорт – **здоровье**, спорт – игра, фикульт *(все)* Ура!

Инструктор: Делать нужно по утрам, она бодрость дарит нам… *(зарядка)*

Для чего нужна зарядка? *(ответы детей)* Это вовсе не загадка:

Чтобы силу развивать и весь день не уставать.

В этом нам помогут наши гости.

На зарядку становись! Направо повернись!

(**разминку проводит мама Лизы)**

Инструктор: Все размялись? Хорошо!

Состязания начинаем, силу, ловкость проверяем.

Мы спортом занимаемся – **здоровьем заряжаемся**!

Инструктор*: ребята, я предлагаю вам отправиться в небольшое путешествие, чтобы найти волшебный цветок – «цветок – здоровья», который подарит нам много интересных игр. Это необычный цветок, будем срывать по одному листку, и он нам предложит поиграть в игру.*

Дети и **родители** – спортсмены делятся на две команды: *«Солнечные лучики»* и *«Витаминки»*, команды располагаются в колоннах за линией старта, впереди стоят родители .

Ребенок:

Я– по луже, я – по луже. Я ищу, где лужа уже.

Может час, а может два я искал, нашел едва.

И нашел где лужи уже. А теперь лежу простужен.

Инструктор: Ребята, как можно преодолеть лужи?

1 эстафета *«Попрыгунчики»*

По сигналу первый участник садится на фитбол и перепрыгивает через лужи (обручи3 штуки, огибает фишку и бегом возвращается в команду, передавая хлопком эстафету следующему участнику).

Инструктор :Есть полезные продукты и очень полезные.

В очень полезных продуктах больше всего витаминов.

Витаминов много, но самые главные – это витамины А,Б,С.

2 эстафета: *«Витаминная семья – дети солнечного дня»*

В руке **родителя**-спортсмена – ракетка *(теннисная)* на которой лежит шарик -витамина, по сигналу передвигается с ракеткой в руке до фишки, огибает ее, возвращается обратно в команду и передает следующему, а сам встает в конец колонны.

Инструктор: Чтобы быть здоровому - дары бери садовые.

Поднялся наш огород,

все под солнышком растет

В огороде много гряд,

тут и репка и салат,

тут и свекла, и горох.

А картофель разве плох!

Наш зеленый огород,

нас прокормит целый год.

**Родитель :**

Чтоб **здоровым**, сильным **быть**, надо овощи любить!

Все, без исключенья, в этом нет сомненья!

3 эстафета *«Посади и собери овощи»*

По сигналу первый участник бежит с ведром с овощами и раскладывает их в обручи, огибает фишку, обратно возвращается бегом и передает пустое ведро следующему, который собирает овощи в ведро.

4 эстафета *«Принеси фрукты»*

По сигналу первый участник бежит к шведской стенке, где прикреплено ведро с фруктами на высоте вытянутой руки ребенка, поднимается на три перекладины, берет фрукт и бежит обратно в команду. Затем бежит следующий участник

Инструктор: Какие полезные блюда для здоровья можно приготовить из овощей и фруктов*(ответы детей)*

5 эстафета *«Рассортируй овощи и фрукты»*

Одна команда получает задание собрать овощи для щей, а другая фрукты для компота. В одном конце зала в обруче разбросаны муляжи овощей и фруктов. В другом конце зала стоят кастрюли: *«компот»* и *«щи»*.

Ведущий: Девочки – внимание! Мальчики – внимание!

Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать?

Ответ мне дайте – это правда или неправда?

**Игра *«Это правда или нет»***

Вас прошу я дать ответ: это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться, надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать, надо целый день проспать?

Если хочешь сильным быть, со спортом надобно дружить?

Чтоб зимою не болеть, на улице надо песни петь?

И от гриппа, от ангины нас спасают витамины?

Будешь кушать лук, чеснок – тебя простуда не найдет?

Хочешь самым крепким стать? Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов – будешь сильным и красивым?

: Инструктор

Чтобы сильным быть и ловким,

продолжаем тренировку.

Родитель - спортсмен:

Обруч - полезный предмет, почему?

Обруч – как солнечный круг,

Обруч – веселый наш друг.

В обруч войди и крути

Ребята, а вы знаете, как это делается?

Инструктор**:** Сейчас  родители - спортсмены смогут показать нам свою ловкость. Раз, два, три – крути!

Конкурс *«Обруч»* *(родители крутят обруч на талии)*.

Инструктор**:** Ловкими оказались почти все! *(аплодисменты)* Быть здоровыми нам помогают игры. Они развивают силу, ловкость, выносливость и быстроту.

Инструктор**:** Ребята, теперь я вижу, что вы–Настоящие спортсмены. Физкультура и спорт помогут вам вырасти здоровыми и сильными.

Общий танец под музыку *«Спортом занимаемся»*

**Игра «Да - Нет»**

• Блеск зубам чтобы придать, крем сапожный нужно взять, выдавить пол тюбика и почистить зубики. (нет)

• Навсегда запомните милые друзья, не почистив зубы спать идти нельзя.

• Не грызите лист капустный, он совсем, совсем не вкусный, лучше ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад. (нет)

• Чтобы зубы укреплять, полезно гвозди пожевать. (нет)

• За здоровьем я слежу, на зарядку выхожу. (да)

• Каша - вкусная еда. Это нам полезно? (да)

• Творог, сыр, кефир всегда нам полезны, дети? (да)

• Лук зеленый иногда нам полезен, дети? (да)

• В луже грязная вода нам полезна, дети? (нет) (Ответы детей команды Богатыри)

• 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, дети? (нет)

• Семь мороженных всегда есть полезно дети? (нет)

• Овощей растет гряда, овощи полезны? Да

• Объедаться – никогда! Это вредно дети? (да)

• Съесть мешок большой конфет… это вредно? Точно нет!

• Раз полезная еда – будем мы здоровы? Да!

• Ем морковку и салат, витаминам каждый рад.

Инструктор: Ребята, послушайте, кто то стучится к нам в дверь. Наверно это кто то услышал ваш звонкий смех, и решил зайти на наш праздник.

*В зал клоуны Клёпа и Шарик (Воспитатели детей группы в костюмах).*

Всем ребятам наш привет и такое слово:

Спорт любите с малых лет – будете **здоровы**!

Принимайте угощенье, ешьте на **здоровье**!

После игр гости угощают детей яблоками, и предлагают сделать общее фото.