Физкультурный праздник "Парад Гимнастик"

Цель. Парад гимнастик проводится с целью популяризации утренней гимнастики, творческого развития воспитанников и педагогов. Приобщать дошкольников к здоровому образу жизни, закреплять на доступном уровне необходимые знания в области физической культуры и выявлять интересы и способности детей.

Подготовительная группа – «Цветик семицветик»

Старшая группа – «Светлячок»

Средняя группа – «Гномики»

Младшая группа – «Теремок»

Ведущий (клоун Здоровейкин)

Грязнуля

Заболейкин

Карлсон

**Ход праздника**

Под звуки спортивного марша в спортивный зал заходят участники парада, занимают свои места/.

**Вед**. Добрый день дорогие участники нашего парада! Здравствуйте уважаемые гости и болельщики! Всем привет! Сегодня отличный день для зарядки. Вы готовы повеселиться?

**Вед**. Наш спортивный конкурс «Парад зарядок» прошу считать открытым!

В каждом маленьком ребенке, и в мальчишке, и в девчонке,

Есть по двести грамм взрывчатки

Или даже полкило,

Должен он скакать и прыгать,

Все хватать ногами дрыгать,

А иначе он взорвется не известно отчего!

Любят наши ребятишки

Бегать, скакать, в мяч играть по привычке,  
Сегодня все достижения свои,  
На празднике зарядки покажем мы.

Давайте поприветствуем наших участников. Ребята, а как мы будем это делать? Тренируются с детьми: хлопать, кричать «Молодцы!», махать руками.

Итак, приветствуем наши команды:

«Теремок» (младшая группа),

«Гномики» (средняя группа),

«Светлячок» (старшая группа).

«Цветик – Семицветик» (подготовительная группа)

**Вед.** Прошу всех садиться.  
**Вед.** Оценивать ваши спортивные достижения в области утренней гимнастики будет наше многоуважаемое жюри.

Представление членов жюри.

Приветствуем наше жюри бурными аплодисментами/.

**Вед.** Пришло время представить участников нашего парада.  
Представление команд.

**Вед.** А знаете ли вы, что 15 минут утренней зарядки пробуждают организм, снижают уровень холестерина в крови, нормализуют кровяное давление, укрепляют сердечную мышцу. Поэтому зарядка полезна и важна для всех людей, с самого раннего детства и до преклонного возраста.   
Зарядка это лучший способ получить заряд бодрости на целый день!

Начинаем наш парад гимнастик!

Сегодня в нашем параде принимают участие малыши – наши самые маленькие звёздочки, встречайте их бурными аплодисментами. **Ребята 2мл. группы покажут нам комплекс гимнастики с кубиками. (название группы, девиз)**

**Ведущий**. Это самые маленькие участники, но как хорошо они справились с заданием. Молодцы ребята! Подготовила ребят воспитатель Якушова Марина Михайловна.

**Ведущий.** А теперь мои ребятки снова новая загадка:  
То вприпрыжку, то вприсядку  
Дети делают … (зарядку)  
Какие же вы молодцы! Конечно зарядку. На арену нашего спортивного зала приглашается команда средней группы «Гномики»

**Свой комплекс гимнастик с флажками покажут нам ребята средней группы.**  
**Ведущий.** Группа «Гномики» достойно представила комплекс гимнастики. Подготовила ребят воспитатель **Репникова Елена Юрьевна.** Так держать! Желаем новых спортивных достижений.

**На площадку приглашаются ребята старшей группы. Они представят комплекс гимнастики с палками.**  
Спасибо ребята, вы хорошо потрудились. **«Терпение и труд всё перетрут! Не бойтесь трудностей, они делают нас сильнее и учат нас не сдаваться!»** Желаем вам больших спортивных побед!  
  
**Заканчивает парад гимнастик воспитанники подготовительной группы. Давайте их поприветствуем!**   
Ребята группы «Цветик - семицветик» достойно представили комплекс гимнастики с мячами. Желаем вам больших спортивных достижений. Молодцы**! «Верьте в себя, в свои силы, в свою команду! Вы хорошо потрудились и показали нам хорошую гимнастику она сделает вас сильнее, быстрее, выносливее!**

*Под музыку вбегает и охает* ***Грязнуля***

**Вед.**Что случилось? Откуда и куда ты торопишься ?

**Грязнуля**. Я от бешеной мочалки убегаю как от палки.

А она за мной за мною мчится и кусает как волчица.

**Вед**. Стоп, стоп. Ты от мыла не беги. И мочалку полюби. Утречком умойся, а воды не бойся. Посмотри, какие у нас ребята чистые и опрятные. Ребята, а какие предметы вам помогают быть чистыми и опрятными?

*Ответы детей ср. гр.*

**Вед**. Видишь сколько разных предметов. А у тебя они есть?

**Грязн**. Нету ничего у меня.

**Вед**. Вот поэтому ты такой грязный. Рано утром на рассвете умываются зверята и зайчата, медвежата. И веселые котята. Ты один не умывался и грязнулею остался. Но что бы это все изменить, у нас сегодня есть ребята зверята, которые тебя сейчас научат, как надо начинать свой день.

**Средняя группа** **Танец - зарядка «Если утром звери умываются»**   
 (шапочки кошка, поросенок, козленок)

**Вед.**Ай да ребятки, ай да зверятки. А ну ка, все похлопайте нашим зверям. Теперь ты знаешь, что нужно соблюдать правила личной гигиены. Когда ты будешь чистым и опрятным тебя будут любить и с тобой дружить, и никто не будет называть тебя Грязнулей.

**Грязн. Торжественное обещание**!  
Чтоб в грязнулю и неряху  
Мне не превратиться,  
Обещаю каждый день чисто-чисто ... (мыться)  
Быть хочу я очень чистой,  
А не чёрной галкой,  
Обещаю я дружить с мылом и ... (мочалкой)  
А ещё, два раза в сутки  
Обещаю чистить ... (зубки)  
Обещаю всем кругом  
Быть послушным малышом.  
Ходить чистым и опрятным,  
Очень, очень ... (аккуратным).

**Вед.** Грязнуля, покажи нам как ты будешь мыться.

**Подвижная игра «Ровным кругом»**

**Правила игры:**

Дети встают в круг. В середине Грязнуля. Дети идут друг за другом по кругу, напевая песенку:

Ровным кругом друг за другом.  
Будем весело шагать,  
Что Грязнуля нам покажет,  
То и будем выполнять.

Грязнуля показывает, как надо намыливать руки, дети повторяют движения. Затем показывает соответствующие движения (полотенца, расчёски, зубной щётки, мочалки,)

**Вед.** Ну, что, милый мальчик, вот тебе волшебный ларчик. Ты его скорей бери и домой к себе беги. Чисто умойся и тогда, будешь такой, как наши ребята.

**Грязн**. Побегу скорей умываться и буду чистым и красивым.

**Вед.**Погоди, попрощайся с нашими ребятами.

*Грязнуля прощается и убегает.*

**Вед.**Как же это здорово, кому то помогать. Мы с вами сделали большое дело. Грязнулю превратили в Чистюлю.

*Под музыку громко кашляя и чихая, входит* ***Ваня Заболейкин*** *очень тепло одетый.*

**Вед.**Кто тут кашляет, кто чихает? Кто здоровым быть не желает? Это что еще за чудо здесь?

**Заб.**Заболейкин Ваня я. Очень болен я друзья.

**Вед**. Да, у тебя унылый вид

**Заб**. Очень голова болит. Ломит спину. Ой – ой – ой (*Хватается за бок*) Колет бок, есть тут врач? Он мне б, помог.

**Вед.** Стоп. Стоп. Стоп. В начале давай-ка разберемся. Фамилия у тебя такая Заболейкин. Чего это она у тебя такая странная?

**Заб**. Очень хорошая моя фамилия. Она мне очень подходит. Я вот сегодня к вам пришел, а потом я опять заболею. Лягу, буду таблетки пить, микстуру, градусник ставить.

**Вед.**Оё – ёй. Ты тут начихал, накашлял. Хватит охать и реветь. Ты на праздник к нам пришел и сейчас мы тебя научим, как здоровым быть. Правда, ребята?

**Заб**. А разве можно быть здоровым? (*Чихает)*

**Вед.**Ну, хватит, хватит чихать. Вот для начала иди-ка сюда и расскажи, что это у тебя тут такое?

**Заб.**Это шарфик.

**Вед.**У нас в садике тепло. Шарфик тебе пока не пригодится. А начнем -ка мы тебя закаливать. Давай-ка раздевайся.

**Заб.**Ой, боюсь! Ой, замерзаю.

*Нехотя раздевается.*

**Вед.**Вот теперь ты дружок, похож на всех детей. Вон они, какие спортивные.

**Заб.**Спортивные, здоровые, веселые и ничего у них не болит.

**Вед.**Что бы здоровым стать надо спортом заниматься. Вставай-ка здесь и повторяй за нашими ребятами из группы «Светлячок».

**Старшая группа танец «Веселые ритмы»**

**Вед.**Ну что чувствуешь, как здоровья прибавилось?

**Заб.**Ой, да. Так мне хорошо, и даже не холодно, и чихать я перестал. Спасибо, ребята. Научили меня здоровым-то быть.

**Вед.  А еще,** чтобы быть здоровым нужно повышать свой иммунитет.

Заб. А что такое иммунитет и как его повышать?

**Дети.** Иммунитет это невидимый щит, который не допускает болезни к организму. А повышать его нужно так:

**Витамин А** Помни истину простую —  
Лучше видит только тот.  
Кто жует морковь сырую  
Или пьёт морковный сок.

**Витамин В**Очень важно спозаранку  
Есть за завтраком овсянку.  
Черный хлеб полезен нам —  
И не только по утрам.

**Витамин С**От простуды и ангины  
Помогают апельсины.  
Ну, а лучше есть лимон,  
Хоть и очень кислый он.

**Витамин Д**Рыбий жир всего полезней!  
Хоть противный — надо пить.  
Он спасает от болезней.  
Без болезней — лучше жить!

**Ребенок**  
Никогда не унываю  
И улыбка на лице,  
Потому что принимаю  
Витамины. А В С  
 Леонид Зильберг

Мы с ребятами сейчас с тобой поиграем.

**Игра «Иммунитет»**

**Вед.** Заболейкин, наши дети дадут тебе советы, что нужно делать чтобы быть здоровым.

**1 реб**. Физкльтурой занимайся

Если хочешь быть здоров.

**2 реб.** Водой холодной обливайся.

Позабудешь докторов.

**3 реб.**Приучай себя к порядку.

Делай каждый день зарядку

**4 реб.** Смейся веселей,

Будешь здоровей.

**Вед.**Ну, что, все советы запомнил?

**Заб.**Запомнил, запомнил. Теперь все это делать буду. Спасибо ребята, что помогли мне, научили.

*Прощается, берет свою одежду, убегает.*

**Вед.**Вот ребята, и еще одно дело важное сделали. Еще одного человека, сделали здоровей. Здорово?

*Под музыку заходит грустный чихающий Карлсон с конфетой подмышкой и садится на стульчик в середине зала.*

**Вед.**Друг мой, Карлсон, что с тобой?

**Карлсон.**Ой, я торопился, торопился. Еле поднялся к вам, это не так-то просто сделать с больным животом.

**Вед.**Как, ты хочешь сказать, что ты заболел?

**Карлсон.**Ну, да. Я и говорю. Заболел.

**Вед.**Может быть, ты давно не ел?

**Карлсон**. Не, я накушался варенья, а потом я ел печенье, а потом еще конфет. Вот таким был мой обед.

**Вед.**Ребята, можно сказать, что обед был полезным? Дружок, присядь-ка, вот сюда. А мы сейчас с ребятами поможем тебе разобраться, где полезная еда, а где нет.

**Игра: «Да и нет»**

- Каша – вкусная еда, это нам полезно? (дети отвечают: «Да!»)

- Лук зеленый иногда, нам полезен, дети? (дети отвечают: «Да!»)

- В луже грязная вода нам полезна иногда? (дети отвечают: «Нет!»)

- Щи – отличная еда, это нам полезно? (дети отвечают: «Да!»)

- Мухоморный суп всегда, это нам полезно? (дети отвечают: «Нет!»)

- Фрукты – просто красота! Это нам полезно? (дети отвечают: «Да!»)

- Грязных ягод иногда съесть полезно, детки? (дети отвечают: «Да!»)

- Овощей растет гряда, овощи полезны? (дети отвечают: «Да!»)

- Сок, компотик иногда, нам полезны, дети? (дети отвечают: «Да!»)

- Съесть большой мешок конфет, это вредно, дети? (дети отвечают: «Да!»)

- Лишь полезная еда на столе у нас всегда? (дети отвечают: «Да!»)

- А раз полезная еда, будем мы здоровы? (дети отвечают: «Да!»)

- Постоянно надо есть для здоровья вашегобольше сладостей, конфет и поменьше каши! *(Нет)*

*-* Не грызите лист капустный, он совсем, совсем не вкусный, лучше ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад, *(Нет)*

- Чтоб здоровым оставаться, нужно правильно питаться! Это правильно, друзья? (дети отвечают: «Да!»)

**Вед.**Ну что, молодцы ребята?

**Карлсон.**  Молодцы! Кашу я тоже люблю.

**Вед.**А еще наши ребята хотят дать тебе несколько советов

**Дети читают стихи**

Что бы быть здоровым

Ты учти заранее.

Всем необходимо

Полезное питание

Кушай овощи и фрукты,

Рыбу, молочные продукты.

Вот, полезная еда,

Витаминами полна.

Ты помни об этом,

Идя по магазинам.

Не сладости ищи,

Ищи витамины.

**Ведущ**. Будем праздник продолжать и в игры веселые играть!

**Подвижная игра: «Полезные и вредные продукты»**

Дети бегают под музыку врассыпную по залу вокруг разложенных карточек с изображениями полезных и вредных продуктов. Когда музыка прекращается, ведущий произносит: «Полезные» («Вредные») продукты, и дети поднимают нужную карточку.

**Вед.**Вот видишь, сколько существует вкусной и полезной пищи. Ешь поменьше конфет и тогда ничего у тебя болеть не будет. А вообще Карлсон, хорошо, что ты пришел.

**Карлсон.**Так, так. Теперь я понимаю. Значит, если я буду правильно питаться и закаляться, то я сразу стану здоровым.

**Вед.**В общем ты все правильно понял, только есть еще одно необходимое условие. Надо спортом заниматься. Вот, например Бабушка Яга. Сколько лет в сказке живет. И здоровье отличное. А знаешь все от чего? Да потому что она каждый день занимается аэробикой. И ребята из подготовительной группы покажут тебе ритмическую гимнастику. Посмотри на них.

**Ритмическая гимнастика «Двигайся, замри!»**

**Карлсон.** Я смотрю вы все здесь спортивные ребята. Хорошо с вами, но мне улетать пора. Поэтому вам здоровья я желаю. Но скоро прилечу к вам, я обещаю. Обещаю похудеть и конфет больше ни есть.

**Вед.**Карлсон, Карлсон, подожди мой милый друг. Ты ведь к нам не зря приходил. Что б ты о том что здесь было не забыл тебе вручаю корзину полезных продуктов. Кушай и укрепляй свое здоровье.

**Карлсон.**Спасибо большое. Ну, полетел я.

*Прощается за руки с ребятами и улетает.*

**Вед.**Ну вот ребята, и еще у нас один друг появился который тоже хочет стать здоровым. Ребята, нет богатства краше чем хорошее, отличное здоровье наше. Растите на радость всем. А сейчас поднимаем наш здоровый дух лучшей песней о физкультуре, о спорте и о здоровье.

**Песня «Физкульт- Ура»**

**Вед.**Спасибо всем тем, кто время нашел. Кто к нам на праздник Здоровья сегодня пришел. Так давайте же ребята будем всегда закаляться. Будем чистыми, опрятными. А ну ка все дружно скажем: Здоровье в порядке. Спасибо зарядке!

**Вед**. Предоставляю слово председателю жюри для оглашения результатов и награждение участников нашего парада.

По итогам конкурса «Парад гимнастик» жюри вручает дипломы и медали участникам.

**Вед**. А чтобы наш праздник вам запомнился надолго, хочу подарить вам витаминные раскраски, которые вы раскрасите в группе (с изображениями фруктов).

(Вручаются детям раскраски).

**Вед.**Здоровье в порядке,  
Спасибо Зарядке!

Уход детей из зала под марш.