

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
р.п. ТОНКИНО НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

Спортивная игровая программа
«Мы против гриппа»

Разработала
Удалова Наталья Павловна,
тренер-преподаватель ЦДО р.п.Тонкино

2019 год

Ведущий 1. Внимание, внимание!

Все непросто в этом мире
Гриппа вирус, три -четыре
Да еще и ОРВИ,
Не приветствуй, их беги!

Ведущий 2. Быть здоровыми хотят

Взрослые и дети.

Как здоровье сохранить,
Кто нам здесь ответит?
(на сцену выбегает Инфекция, чихает)

Инфекция: Что-то я обчихала все свое платье.

На все чихала в жизни я
Непогода, слякоть вот мои друзья!
Мне сырость, как воздух нужна
Апчхи. Я все время чихать должна!
(выбегает Апчхи, обращается к Инфекции)

Апчхи: Ты позвала меня, подружка,
Или снова меня обманула.

Инфекция: Ну что ты, Апчхи, это случайно,

А нужен ты мне чрезвычайно.
Сначала мы в эту толпу внедримся,
А позже славненько так повеселимся.

Вместе: Апчхи! Апчхи!

(на сцену выходит медсестра, озирается, ищет, кто чихает)

Медсестра: Кто тут расчихался?

Кто тут заражает гриппом?
(обращается к зрителям ребятам)
Не слушайте их, ребята,

Ничего хорошего от них не ждите!

Гриппом только заболеете.

Инфекция: Да! Да! Да! Я на улицах села, братишку гриппа уже видела.
(звучит музыка, входит тяжелый Грипп)

Апчхи: А что такое грипп? (спрашивает у инфекции)

Медсестра: Грипп- это массовое заболевание.

Инфекция: А вот и он! Привет, дружок! (подбегает к гриппу)

Апчхи: Здравствуйте! Апчхи! Апчхи! (кланяется)

Грипп: Вот в гости к вам решил зайти,
Да подарки занести.

Я целый мешок вам принёс бацилл и микробов разных. На всех хватит! Я
добрый, каждого угощу.

(разбрасывает скомканные бумажки-бациллы по сторонам, инфекция и апчхи
помогают)

Медсестра. Нет, нет! Тебя я не пущу!

(прикрывает детей от Гриппа)

Помогите! Помогите Грипп из сада прогоните!

Выбегают: Гигиена, Вода, Правильное питание, Лук, Чеснок, Спорт.

Грипп: Я так просто не уйду!

Кто слабее всех здоровьем,

Я с собою утащу!

Медсестра: Чтобы нам его прогнать,

Это каждый должен знать!

(показывает на героев с табличками Прививка, Гигиена...)

Прививка. (табличка): Я уколов не боюсь,

Если надо уколюсь!

Не бойтесь прививок. Прививки уменьшают число заболеваний гриппом в 2раза.

Гигиена. (табличка): Соблюдайте правила личной гигиены.

Вода: Ребята! Мойте руки чаще, и не будете болеть.

От простой воды и мыла у микробов тают силы.

Правильное питание: Хочешь быть ты всех сильней –

Ешь побольше овощей,

А горячее питание –

Нашим силам поддержанье

Чеснок: Захотелось плакать вдруг,

Слёзы лить заставил Лук?

Лук: Кто ребята не знаком с белозубым Чесноком?

Вместе: Будешь кушать лук, чеснок – Тебя простуда не найдет?

Спорт: Каждый, кто со спортом дружит,

Без бацилл живёт, не тужит.

Закаливание: Чтоб с микробами не знаться,

Надо, дети, закаляться!

Витамины: А от гриппа и ангины нас спасают витамины?

А: Ешь побольше витаминов – будешь сильным и красивым

В: Мы в нашей школе весело, активно все живем.

С: Здоровый образ жизни вести не устаем!

(Витамины скандируют по очереди)

1.Здоровье – это круто!

2.Здоровье – это класс!

3.Мы любим все здоровье!

4.Здоровье любит нас!

(Медсестра обращается к гриппу и прогоняет его)

Медсестра: А ты, грипп, подруг бери,

Да давай отсель беги (гонит веником)

А мы зарядочкой займёмся,

Укрепимся, разомнёмся.

Исполняется танец «Утренняя гимнастика» песня: В. Высоцкого.

(Герои по очереди скандируют)

1.Здоровье – это ценность и богатство,

2.Здоровьем людям надо дорожить!

3.Есть правильно и спортом заниматься,

4.И закаляться, и с зарядкою дружить.

Все (хором): И тогда - грипп не страшен никогда.

Ведущий: Чтоб с болезнями не знаться,

К докторам не обращаться,

Чтобы сильным стать и смелым,
Быстрым, ловким и умелым,
Надо с детства закаляться,
И зарядкой заниматься.
Физкультуру всем любить,
И со спортом в дружбе быть.

Ведущий: Сегодня на ваших глазах будут проходить спортивные соревнования самых решительных и смелых, ловких и умелых.

Ведущий: Встречайте наших участников.

(Участники под музыкальное сопровождение приглашаются в зал).

Ведущий: Как настроение ребята? (ответ детей)

Тогда начинаем игровую программу.

1. А начинаем мы с эстафеты и называется она **«Спортивная ходьба»** (делая каждый шаг, необходимо пятку одной ноги вплотную приставить к носку другой. Эстафета заканчивается, когда последний участник команды вернется на исходную позицию).
2. Следующая эстафета называется **«Гонка обручей»**. (2 команды, передают обруч над головой следующему участнику до последнего и обратно, чья команды выполнит это задание первой, та и победила).
3. Игра **«Весёлые лошадки»** (участники бегут наперегонки, ноги должны высоко подниматься в коленях).
4. Конкурс **«Баба-Яга»** (в одну руку берется ведро, в другую руку берем швабру, оббегаем стул и передаем реквизит следующему участнику).
5. Игра **«Два вола»** - (выбирается один участник это вол, надеваем скакалку на шею, продеваем под руками. Вол берет двоих участников оббегают стул, и возвращается, берет следующих участников и т.д.)
6. Эстафета **«Паутина»** - (кто быстрее соберет предметы, но нужно пройти до них только по кочкам).
7. Эстафета – (пролезть через обручи).
8. Эстафета **«Змей»**-(держаться нужно за плечи стоящего впереди, оббегать между кеглями. Каждый раз брать следующего участника).
9. Игра **«Собрать авторучку»** - (1-й разбирает, 2-й собирает и т.д.)

Ведущий: Вот и подошла к концу наша программа. Вы замечательно сегодня играли, отвечали на вопросы, веселились, поддерживали друг друга. До свидания, ребята!