

# Сценарий спортивного праздника для старших групп « Путешествие в страну Здоровья»

Инструктор физической культуры:  
Кулабухова Елена Евгеньевна  
МБДОУ №11 «Золотой ключик»

Ход праздника

**Цель развлечения:** укреплять здоровье детей. Формировать представления о здоровом образе жизни. Воспитывать соревновательный дух дошкольников.

## **Задачи:**

1. Доставить детям удовольствие от совместной двигательной деятельности в спортивных играх; повышать двигательную активность
2. Закрепить умения и навыки, приобретенные на физкультурных занятиях.
3. Побуждать выполнять правила игры, развивать ловкость, выносливость, волевые качества в достижении цели.
4. В играх; развивать пространственную ориентацию; воспитывать взаимопомощь, взаимовыручку, творческую активность.

**Спортивный инвентарь:** два стульчика, 2 таза с водой, 2 полотенца, мулежи : фруктов, овощей немного меньше чем количество детей, мешочки с песком по количеству детей, 2 фито- мяча, ориентиры.

## Ход праздника:

Дети вместе с воспитателем заходят в зал и садятся на стульчики.

Инструктор: Здравствуйте, ребята! Когда мы здороваемся, что это значит? Мы желаем здоровья. А что такое здоровье? (ответы детей)  
А знаете ли вы, что нам нужно для здоровья? Я буду задавать вопросы. А вы громко отвечайте «да» или «нет».

Что нам нужно для здоровья?

Может молоко коровье?

Может много нам конфет?

А с друзьями эстафета?

Тренажер и тренировка?

Свекла, помидор, морковка?

Пыль и грязь у вас в квартире?

Штанга или просто гиря?

Солнце, воздух и вода?

Очень жирная еда?

Страх, уныние, тоска?

Скейтборд – классная доска?

Спорт, зарядка, упражнения?

Сон глубокий до обеда?

Если строг у нас режим, мы к здоровью прибежим.

Молодцы! Справились с заданием. Я приглашаю вас в путешествие в страну здоровья. Вы согласны? Тогда в дальний путь! Занимайте свои места в нашем волшебном поезде.

*Дети садятся на стульчики (импровизированный поезд, звучит звук поезда).*

## **Первая станция «Зарядкино»**

Инструктор : Станция «Зарядкино». Чтобы быть всегда здоровым, с чего мы начинаем свой день? Конечно с зарядки .

*Под музыку делаем зарядку По окончании дети садятся.*

### **Беседа о здоровье.**

1. Расскажите, для чего человеку нужны зубы?
2. Какие органы помогают нам узнать, что травка зеленая, а снег белый?
3. Как мы узнаем, что нас зовут гулять?
4. Что нужно делать, чтобы микробы не проникли в организм?

Инструктор : Вы так много знаете о здоровье, а наше путешествие еще не закончилось, отправляемся в путь на нашем волшебном поезде.

*Звучит звук поезда*

Инструктор: Вот мы и приехали **на станцию «Чистюлькино».**

**Эстафета «Помоем ручки»** (два стульчика с полотенчиками и тазиками. Надо добежать до стульчика, показать как моешь руки и вытереть их полотенцем. Вернуться обратно)

*Дети садятся на стульчики.*

### **Игра «Да или нет».**

- Перед едой надо мыть руки с мылом.
- Нужно в любое время есть, даже ночью.
- Есть надо продукты, которые полезны для здоровья.
- Нужно пищу глотать не жуя.
- Надо обсыпать себя крошками когда кушаешь.
- Всегда надо облизывать тарелки после еды.

- Больше ешь овощей и фруктов.

- Не нужно чистить зубы.

Инструктор : Молодцы! Все вы знаете. Готовы отправиться дальше? Садитесь на свои места в наш волшебный поезд.

*Звучит звук поезда.*

Инструктор : Вот мы и доехали до станции "**Витаминкино**". Знаете ли вы, какие продукты нужно кушать, чтобы быть здоровыми?

Посмотрите, на этой станции перемешались полезные продукты и вредные.

### **Подвижная игра «Кто быстрее возьмет полезный продукт»**

( Атрибуты : мулежи фруктов и овощей)

Инструктор: Продолжаем наше путешествие. Вот мы и приехали на станцию «Спортивная».

Станция «Спортивкино»

### **Эстафета с мешочком на голове.**

Задание: прыжки из обруча в обруч с мешочком на голове

### **Эстафета на фито- мячах.**

Инструктор: Вот и закончилось наше путешествие. Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Перед тем, как с вами попрощаться я хочу вам пожелать: крепкого здоровья, по-чаще улыбаться и никогда не унывать! Награждение медалями.



