МКДОУ «Детский сад « Теремок»

*Спортивный праздник*

*для детей старшего дошкольного возраста*

«Путешествие в «Страну Здоровья»

Ведущий:

*Мандровская Г. А.*

Доктор Айболит:

*Панкова А.М.*

*2016-2017 учебный год*

Задачи:

**Образовательные**

Систематизировать знания детей о том, что надо заботиться о своем здоровье.

Учить играм с элементами соревнований.

Учить сочетать движения тела и ритм речи.

**Развивающие**

Развивать способы двигательной деятельности.

Развивать общую и мелкую моторику, быстроту и координацию движений.

Совершенствовать двигательные умения и навыки.

**Воспитательные**

Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

Воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе.

Воспитывать умение выполнять движения быстро, осознанно, ловко и красиво.

***Ведущий:*** Ребята! Вы любите путешествовать?

**Дети:** Да

***Ведущий:*** Но прежде, чем отправиться в путешествие, скажите, пожалуйста, что самое главное для человека?

**Дети**: Здоровье

***Ведущий:*** Правильно, ведь, если человек здоров, он веселый, радостный, работоспособный.

Сегодня я вам предлагаю отправиться в страну «Здоровье».

(Раздается стук в дверь).

Вбегает Доктор Айболит.

***Айболит***: «Здравствуйте!»

***Дети***: Здравствуйте

***Айболит***: По полям, по лесам

                 По лугам я бежал, спешил

                 И только два слова твердил

                 Детский сад, детский сад, детский сад.

                 И вот я здесь.

***Айболит***: У вас ангина?

***Дети***: Нет

***Айболит:*** У вас скарлатина?

***Дети***: Нет

***Айболит***: У вас холерина?

***Дети***: Нет

***Айболит***: Дифтерит?

***Дети:*** Нет

***Айболит***: У вас аппендицит?

***Дети***: Нет.

***Айболит***: А может быть бронхит?

***Дети***: Нет, нет, нет!

***Айболит***: Значит, вы все здоровы?

***Дети***: Да!

***Айболит***: А я все - таки осмотрю вас   (осматривает детей)

И вправду вы все здоровы, веселые, загорелые.

А я знаю, куда вы собрались. В страну «Здоровье»

***Айболит***: У меня есть вот такой цветик – семицветик. Он нам поможет попасть в эту чудесную страну «Здоровье»

(отрывает лепесток и говорит)

Ты лети, лети лепесток

Через Запад на Восток

Через Север, через ЮГ

Возвращайся, сделав круг

Лишь коснешься ты земли,

В стране «Здоровья» нам оказаться помоги.

***Айболит:***Мы с вами очутились в стране «Здоровье»

***(звучит запись:*** пение птиц, шум воды, детский смех)

***Айболит:***Ребята, а что такое здоровье?

Ведь люди, приветствуя друг друга, говорят « Здравствуйте! Как ваше здоровье?   Хорошее ли у вас настроение?»

*Говорят****:*** Хорошее настроение – половина здоровья.

***Айболит:*** Так что же такое здоровье?

***Дети:*** Здоровый человек красив и приятен в общении, легко преодолевает трудности, умеет хорошо работать, учиться, отдыхать. Здоровый человек: веселый, радостный, внимательный к себе и окружающим людям и т.д.

***Айболит:*** А что бы быть бодрым, энергичным, здоровым весь день, что надо делать по утрам?

***Дети:*** Зарядку

***Айболит:*** А кто знает пословицу о зарядке?

***1 ребенок:*** Спасибо зарядке,

Здоровье в порядке.

***Айболит:***А кто знает стихотворение о зарядке?

***2 ребенок:*** Приучайтесь день встречать

С утренней зарядкой,

                    Чтоб с осанкою прямой

                   Было все в порядке.

***Айболит:*** Ну что же, вы готовы на зарядку?

***Дети:*** Да

**Зарядка под песню из мультфильма «Маша и медведь»**

***Айболи***т: Молодцы**,**хорошо выполняли задания, взбодрились*.*

А теперь послушайте загадку:

Он круглый, плотный, полосатый

Нравиться он всем ребятам

Может долго он скакать,

И совсем не уставать.

***Дети***: Этомяч

***Айболит:***А теперь я посмотрю, какие вы ловкие и меткие, нужно попасть в корзину мячом.

**Игра «Попади в корзину»**

***Айболит:***Молодцы!!!

- Ребята, а кто знает пословицы о здоровье?

***1 ребенок:***Здоровье сокровище,   которое всегда при тебе.

***2 ребенок:***Забота о здоровье, лучшее лекарство.

***3 ребенок:***Здоровье - дороже всего.

***4******ребенок:***В здоровом теле - здоровый дух.

***5 ребенок:*** Двигайся больше - проживешь дольше.

***6 ребенок:*** Богатство – ничто без здоровья, ведь здоровье не купишь.

***Айболит:***Молодцы ребята, как много пословиц о здоровье вы знаете.

**Ведущий:**

А какие ещё предметы нам помогают быть здоровыми, опрятными, чистыми и аккуратными?

**Словесная игра «Отгадай и назови»**

**Ведущая**читает загадки и достает отгадки.

1.Гладко, душисто, моет чисто.

Нужно чтоб у каждого было,

Что ребята ? ***(Мыло)***

2.Костяная спинка,

На брюшке щетинка,

По частоколу попрыгала,

Всю грязь повыгнала. ***(Зубная щетка****)*

3.Белых 25 зубов

Для кудрей и хохолков,

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. ***(Расческа)***

4.Лег в карман и караулю

Реву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слез,

Не забуду и про нос ***(Носовой платок)***

5.Вафельное и полосатое,

Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою —

Что это такое? ***(Полотенце)***

6.В тюбике она живет

Змейкой из него ползет

Неразлучна с щеткой часто

Мятная, зубная ***(Паста)***

***Айболит:*** Молодцы! Дети, а вы любите играть?

***Дети:*** Да

***Айболит:*** Хорошо, а какие виды спорта вы знаете?

***Дети:*** Хоккей, футбол, ходьба на лыжах, коньки, бокс, бег, бадминтон.

***Ведущий:*** А сейчас поиграем в **игру «Затейники».**

***Айболит:*** Молодцы ребята! Вы были все внимательны и правильно выполняли все движения.

***Айболит:*** А теперь будет несколько заданий на проявление гибкости, ловкости, выносливости.

Дети строятся в две колонны. Игра-эстафета:

1) прыгают в обручи на одной и двух ногах;

2) пролезают боком в обруч;

3) обегают вокруг стойки, и передают эстафету следующему участнику.

***Айболит:***Молодцы, ребята! Как ловко и правильно вы все сделали.

Дети, а у вас руки сильные? Я сейчас посмотрю…

**Конкурс «Перетягивание каната»**

***Айболит:*** Правда, дети. У вас крепкие и сильные руки. Вы хорошо выполнили задание.

***Айболит:*** Дети, а вы знаете стихи о здоровье?

***Дети:*** Да.

***1 ребенок:*** Береги свое здоровье,

Каждый должен твердо знать,

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься.

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться,

И всегда дружить с водой.

***2 ребенок:***И тогда все люди в мире,

Долго, долго будут жить.

И запомни, что здоровье,

В магазине не купить.

**Ведущий:** А я предлагаю вспомнить, какие Советы даёт Мойдодыр, чтобы быть здоровыми.

**Презентация «Советы Мойдодыра»**

***Айболит:***А вы хотите еще поиграть?

***Дети:*** Да

***Айболит:*** Игра называется **«Кот в сапогах»**

Дети строятся в две команды.

Для эстафеты используются калоши большого размера.

Каждый участник по сигналу должен быстро надеть калошу и добежать до финиша.

***Айболит:***Дети, мне у вас очень нравится, но мне нужна ваша помощь. Я так спешил к вам, что рассыпал витамины. А без них я не вылечу больных зверят. Нужно их собрать в корзинку.

**Игра «Собери витамины»**

**Ведущий:** А наши ребята знают, какую пользу приносят людям витамины и сейчас с удовольствием расскажут нам.

1-й ребёнок:

Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, В, С.

2-й ребёнок:

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Чёрный хлеб полезен нам

И не только по утрам.

3-й ребёнок:

Помни истину простую,

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую,

Или сок морковный пьёт.

4-й ребёнок:

От простуды и ангины

Помогают апельсины,

И неплохо есть лимон,

Хоть и очень кислый он.

***Айболит:***Вижу, что вы все здоровые, ловкие, сильные, много знаете и умеете.А мне пора уходить!!! Меня ждут больные зверята. Отрывает лепесток со словами: « Ты лети, лети лепесток….» - До свидания ребята!!!   Уходит….

***Ведущий:***Ребята! Мы с вами весело играли и нисколько не устали. Мы вспомнили о том, что необходимо делать, чтобы сохранить здоровье.  
Я уверена, что сейчас вы все знаете, как важно быть здоровым. И обязательно будете соблюдать правила, которые помогут вам быть здоровыми! Будьте здоровы! Успехов вам во всех делах!