Летний спортивный праздник

«**ПУТЕШЕСТВИЕ НА ПЛАНЕТУ ЗДОРОВЬЯ**»

Задачи:

* Учить детей заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, носящих вред здоровью, развивать образное мышление, устойчивое внимание, слуховую память, мелкую моторику;
* Формировать умение передавать эмоциональное состояние с помощью выразительных средств (жестов, мимики, интонации, через театрализованную деятельность;
* Формировать у детей способы двигательной деятельности.
* Воспитывать желание быть здоровым.
* Закрепить знания о пользе витаминов, их значении для здоровья человека.

Оснащение праздника: Музыкальный центр, букет, зубная паста, надпись «город микробов», тазики с водой, зубные щётки, угощения, витамины, костюмы для героев: Пилюля Айболитовна, Микробы, Витамин, принцесса Зубная Щетка, оформление участков.

**Ведущий:** Друзья, внимание! К нам в детский сад пришла телеграмма. Я прочту её вам. «По случаю дня рождения Зубной Щётки приглашаем вас, детей планеты Земля, на веселый праздник, на Планету Здоровья».

*В этот момент появляется незнакомка в белом медицинском халате и шапочке с красным крестом.*

**Ведущий:** Простите. Вы кто такая? Что вам здесь нужно?

**Пилюля Айболитовна**: Меня зовут Пилюля Айболитовна. Я дочь знаменитого доктора Айболита. Я слышала, что вы приглашены на Планету Здоровья.

**Ведущий:** Да, на день рождения принцессы Зубной Щётки. Мы бы, конечно, пого­ворили с вами, уважаемая Пилюля Айболитовна, но мы очень спешим!

**Пилюля Айболитовна**: А как же вы решились отправиться в Королевство Чистоты без про­водника?

**Ведущий**: А зачем нам проводник? Мы и сами туда доберёмся.

**Пилюля Айболитовна:** Я в этом о-о-очень сомневаюсь.

*( Придирчиво оглядывает взлохмаченные волосы, ладошки и т.д.)*

**Ведущий**: Это почему же?

**Пилюля Айболитовна:** Потому что вас не пропустят туда Микробы!

**Ребенок:** А кто это? Солдаты вражеской армии?!

**Пилюля Айболитовна:** Ещё по страшнее. И вам через их Пост ни за что не пройти! Потому что посмотрите на свой вид...

**Ведущий:** Мне кажется, что Пилюля Айболитовна права и знает что детям полезно, а что вредно.

**Ребенок**: Ну так хочется на праздник Чистоты!

**Пилюля Айболитовна**: Вот именно – чис-то-ты! А вы ребята проверьте, у всех ли чистые руки. У кого грязные- надо срочно их помыть.

**Дети**: Мы их сейчас вымоем!

( Убегают. Дети возвращаются)

**Пилюля Айболитовна:** Готовы? Вот теперь всё в порядке! Руки у всех чистые, носовые платки на месте, вид опрятный, настроение отличное! Именно такие дети мо­гут пройти испытания на пути к Планете Здоровья! В дорогу!

**Ведущий:** А что же мы подарим Принцессе?

*(Выслушиваются разные предложения, но останавливаются на подарке: зубная паста и цветы)*

**Ведущий**: А полетим мы, ребята, на Планету Здоровья на сказочной ракете.

*(Участники становятся парами друг за другом, в «Ракету».*

И.п. руки согнуты перед грудью, кисти сжаты в кулак

1. «Завести моторы!» - вращение одной руки вокруг другой, произносить

«р-р-р»

2. «Взлетаем» - руки развести в стороны, ноги прыжком врозь-вместе.

3. «Полетели!» - наклоны вперёд, в стороны.

*(Дети и взрослые продвигаются на участок другой группы. Над воротами висит надпись:* «ГОРОД МИКРОБОВ»

**Пилюля Айболитовна:** Мы с вами прилетели к городу Микробов – главному препятствию на пути к Королевству Чистоты. Но где же микробы?

*( Идут. Дорогу им преградили 2 Микроба.)*

ПЕСНЯ МИКРОБОВ:

Мы микробы страшные, страшные, страшные

Вредины ужасные, ужасные, ужасные

Мы любим не букашек,

А грязных замарашек!)

**Ведущий:** Уважаемые микробы! Мы направляемся на день рождения Принцессы Зубной Щетки, пропустите нас, пожалуйста, через ваш город.

**Микробы:** Мы не пропускаем грязных детей. Они нужны нам в нашем городе.

**Пилюля Айболитовна:** Среди нас нет грязных замарашек.

**Микробы:** А это мы сейчас увидим! Вытяните руки вперед ладонями вверх!

*(Микробы идут вдоль ребят и взрослых, придирчиво осматривают руки. Им явно не нравится, что они чистые.)*

Ребёнок 1: Мойте руки перед едой - будете здоровы!

Ребёнок 2: Чистая вода - для хвори беда!

Ребёнок 3: Чаще мойся - воды не бойся!

**Ведущий:** Руки у нас чистые, внешний вид опрятный, пропустите нас!

**Микробы:** Сначала ответьте на вопросы!

1. Я - микроб дизентерийная палочка. Как называется болезнь, которую я вызываю, когда попадаю в организм человека? (Дизентерия)

Как дизентерию называют по другому? (Болезнь грязных рук)

1. Я – микроб стафилококк. Как называется болезнь, которую я вызываю, когда попадаю в организм человека? (Ангина)
2. Перед обедом, вы, ребятки, моете руки в луже, да? Для того чтобы мы могли там жить!

Ответы детей.

1. Когда можно есть фрукты и овощи?

(Только мытые и спелые)

**Микробы:** Вот еще одно задание для всех.

Поделимся на две команды и посоревнуемся, чья команда быстрее помоет руки.

ЭСТАФЕТА: Добежать до таза с водой, ополоснуть руки и передать

эстафету следующему.

**Ведущий:** Мы выполнили все ваши задания, пропускайте нас!

*(Микробы открывают ворота и пропускают участников праздника)*

**Ведущий**: Ребята, продолжаем дальше полёт на нашей сказочной ракете.

Заводим мотор, взлетаем, полетели!

*(Продвигаемся на следующий участок)*

*В этот момент величественной походкой входит «Витамин» с папками в руках*.

**Витамин:** Приветствуем вас у пропускных ворот нашего славного Королевства. Согласно указу её королевского высочества принцессы Зубной Щётки для того, чтобы попасть на весёлый праздник-бал во дворце, вы должны сдать специальный экзамен. Готовы ли вы к испытанию? Итак, первый вопрос: «Что нужно делать каждое утро после того, как вы умылись и почистили зубы?

**Дети:** Физзарядку!

**Витамин**: Посмотрим, не расходятся ли у вас слова с делом?

*(Дети и взрослые выполняют упражнения)*

1. Я приучен к распорядку

Чтобы бодрым быть весь день*, МАРШ*

По утрам на физзарядку

Становиться мне не лень.

1. Упражнение второе

Называю «Петушком» *МАХИ РУКАМИ*

Правой, левою рукою

Помашу я как крылом.

1. Упражнение «Паровозик»

Паровоз вагоны возит *РУКИ СОГНУТЫ В ЛОКТЯХ*

Пых-пых, чух-чух *КРУГОВЫЕ ВРАЩЕНИЯ*

Еле переводит дух.

1. Упражнение впереди

«Сделай и не упади» *ХЛОПКИ ПОД КОЛЕНОМ*

Задержи повыше ножку

Под коленом бей в ладошку.

1. Продолжается зарядка

Упражнение «Лошадка» *ГАЛОП*

Я, как лучший конник в мире

Мчусь галопом по квартире!

1. Я приучен к распорядку,

Чтобы бодрым быть весь день*, МАРШ*

По утрам на физзарядку

Становиться мне не лень.

**Витамин:** Неплохо, неплохо! А теперь посмотрим, насколько вы сообразительны. Отгадайте загадки:

1. Хвостик из кости

А на спинке щетинка

И считает зубы нам

По утрам и вечерам. (Зубная щётка)

1. От него – здоровье, сила

И румяность щек всегда

Белое, а не белила,

Жидкое, а не вода. (Молоко)

1. Ходит, бродит по углам,

Водит носом по коврам

Где прошёл, там пыли нет,

Пыль и сор его обед. (Пылесос)

А сейчас пришла пора задать вам последний вопрос: «Что вы знаете о витаминах «А», «С», «Д»?

Витамин А - витамин роста. И ещё он помогает нашим глазам видеть хорошо, сохранять зрение.

Найти его можно в моркови, молоке, зелёном луке, сливочном масле.

**Витамин:** А еще моя бабушка всегда добавляет к салату из тёртой моркови ложку сметаны. Говорит, что иначе Витамин А не усваивается нашим организмом.

Витамин С – очень нужен всем людям, чтобы они были здоровыми, сильными, никогда не болели. Витамин С прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах, фруктах, ягодах.

**Витамин:** Во саду ли, в огороде вы его всегда найдёте. А кто летом в лес пойдёт, тот в корзинке принесёт.

Витамин Д сохраняет нам зубы. Без него кости человека стано­вятся хрупкими и ломкими. Его очень много в молоке, рыбе, твороге. А ещё он образуется в организме человека под действием солнечных лучей. Поэтому важно много гулять на свежем воздухе.

**Витамин:** Я доволен вашими знаниями, и вы можете лететь во дворец!

1.«Завести моторы!» - вращение одной руки вокруг другой, произносить

«р-р-р»

2. «Взлетаем» - руки развести в стороны.

3. «Полетели!» - наклоны в стороны.

*(Дети и взрослые продвигаются на участок другой группы)*

*На участке кресло – трон, на нем сидит принцесса Зубная Щётка*

**Ведущий:** С Днём рождения поздравляем,

Дарим вам большой букет.

Улыбайтесь, не грустите

И живите много лет!

**Принцесса:** Благодарю вас, друзья! Я очень люблю цветы.

**Пилюля Айболитовна:** У нас есть ещё один подарок для вас – тюбик зубной пасты.

**Принцесса:** Ой, какая прелесть! Вот что мне всегда хотелось получить в подарок – зубную пасту! Мне так весело, хочется прыгать на одной ножке, петь и танцевать! Но мне не положено этого делать, ведь я принцесса. И вообще, во дворце у нас просто тоска! А как вы живёте в своём детском саду?

**Ведущий:** Мы живём весело и дружно. У нас в детском саду есть правило: танцы, игры, эстафеты, шутки и песни полезные для здоровья. И Вам, уважаемая принцесса, сейчас все это покажем.

ЭСТАФЕТА: Передай зубную щётку.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «Ловишки с Микробами»

*(Убежим от микробов)*

**Ведущий:** Встанем в круг, покажем принцессе, как мы умеем танцевать.

*(Звучит песня «Маленькая страна»)*

**Пилюля Айболитовна:** К сожалению, нам пора возвращаться, нас ждут в детском саду. Сколько сегодня с нами всего произошли: и микробов мы одолели, и трудный экзамен Витаминке сдали! Завтра вы обо всем расскажите своим друзьям и пусть в каждом доме, в каждом деском саду будет Планета Здоровья.

**Принцесса:** Мне очень жаль расставаться с вами, друзья. Но ничего не поделать, пора прощаться. На прощание прошу принять от меня угощения.

**Витамин:** И от меня примите угощение – витамины (по одной упаковке на каждую группу)

**Хором:** БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!

Конкурсная работа в номинации **«Тропинками здоровья»** инструктора по физической культуре **Галиевой Накии Вазиховны**, педагога I категории. МКДОУ Детский сад «Родничок»

**Конспект летнего спортивного праздника «Путешествие на планету здоровья»**

Сюжет праздника проходит на нескольких участках детского сада. В ходе праздника детей сопровождают сказочные герои. В программе праздника большое место занимают игры, эстафеты, коллективные выступления детей, в которых они демонстрируют, какими стали крепкими, сильными, быстрыми. Уместно используют стихотворения, игровые образы, сюжетные ситуации, позволяющие в шутливой форме показать, к чему приводят отрицательное отношение к гигиене, пренебрежение физкультурными занятиями, боязнь свежего воздуха, и т.

Физкультурный праздник позволяет педагогам, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребенка, с учетом его индивидуальных особенностей; дифференцированно подходить к оценке результатов его действий; не разочаровывать излишними замечаниями и критикой, а дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполняемых им и другими детьми движений; радоваться успехам другого.

Широко использованы разные игровые приемы, игровые упражнения, загадки, музыкальные произведения, способствующие положительному эмоциональному настрою детей, активному применению приобретенных ранее двигательных умений и навыков.

Актуальность данной работы обусловлена острой необходимостью формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни, как у детей, так и у взрослых, а также необходимостью содействия семье в решении педагогических проблем.

Новизна данного мероприятия заключается в подходе к его содержанию, которое не предполагает сложных спортивных соревнований, требующих специальной спортивной подготовки. Это позволяет расширить состав участников. Кроме того, в состав команды предполагается включение родителей, которые пожелали участвовать в мероприятии.

Физкультурный праздник нацелен не на оттачивании техники выполнения тех или иных движений и упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание, что способствует функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делает его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Ценность праздника «Путешествие на Планету Здоровья» заключается, прежде всего, в том, что он способствует формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни в процессе совместной деятельности родителей и детей дошкольного возраста, когда есть еще реальная возможность привития навыков здоровьесбережения. Также ценно, что данное мероприятие не требует сложной подготовки от организаторов и участников, так как большинство родителей занято на работе.

Предлагаемый сценарий праздника «Путешествие на Планету Здоровья» может быть использован инструкторами по физической культуре и воспитателями детских садов.

Кировская область

Кильмезский район

пгт Кильмезь

ул.Солнечная, дом 13, кв. 2

дом.тел.2-24-76