Муниципальное образовательное учреждение

центр развития ребенка - детский сад № 105 "Ладушки"

**

***"Путешествие на остров Здоровячок"***

(спортивный праздник для детей старшего дошкольного возраста и их родителей)

Инструктор по физической культуре

Глущенко С.А.

г.Рыбинск, 2014г.

Добрый вечер, друзья! Я рада приветствовать Вас в этом уютном зале.

Сегодня мы пригласили вас для того, чтобы вместе отметить праздник-Всемирный День Здоровья.

Посмотрите-ка у нас

Все команды – просто класс!

Папы бросили диваны,

Мамы бросили кастрюли и костюмы натянули,

И хотят соревноваться,

Пошутить и посмеяться.

Силу, ловкость показать

И сноровку доказать!

Итак, в сегодняшней игре принимают участие самые спортивные, самые дружные команды….

**Приветствие команд:**

*«Крепыши»* «Наша команда – крепыши!

 Все мы очень хороши.

 Любим спортом заниматься,

 Обещаем постараться!»

*«Румяные щечки»* «Наша команда – румяные щечки!

 Все мы, что надо –сыночки и дочки!

 Любим мы бегать, резвиться, играть.

 Будем стараться от них не отстать!

Замечательно! Вот и познакомились!

-Вы любите путешествовать? На чем можно отправиться в путешествие?

Я предлагаю вам отправиться в путешествие за сокровищами на незнакомый остров. А что это за остров и как он называется – мы с вами узнаем в конце нашего путешествия! Нас ждет много препятствий на пути, но за каждое преодоленное препятствие мы будем получать отличительный знак. Что это – я не могу пока вам сказать – это условие жителей острова, на который мы с вами отправляемся. Согласны? Тогда в путь! Чтобы быстрее нам добраться до острова – мы полетим на парашюте.

**Ритмическая разминка с парашютом** (за разминку команды получают по отличительному знаку – букве).

- Вот мы с вами почти у цели, осталось совсем немного – преодолеть водную преграду! Конечно же, заботливые родители не позволят своим любимым чадам намочить ноги! Переправляться будем так:

**Аттракцион «Переправа» (**родители берутся за руки крест- накрест, сажают ребенка и бегут до ориентира, огибают его и возвращаются обратно. Передают эстафету другой семье. Задача команд – как можно быстрее переправиться на остров. Чья команда быстрее переправилась – получает фишку в виде буквы)

Вот мы на острове. Посмотрите, как здесь красиво! Послушайте, как поют райские птицы! (включаем фонограмму)

 Я очень проголодалась, а вы? А где мы возьмем еду? Правильно, отправимся на рыбалку!

 **(**на веревочках прикреплены изображения рыб). Конец веревочки крепится сзади у играющих команды «Крепыши» Из противоположной команды выбирается рыбак. Он бегает за рыбками и старается ногой наступить на нее. Затем команды меняются местами. Чья команда наловила больше рыбы- получает фишку)

- Замечательно! Рыба у нас есть. Теперь бы гарнир! Предлагаю отправиться вглубь острова и найти что-нибудь съедобное! Впереди непролазная чаща! Не боитесь? Тогда, полный вперед!

**Аттракцион «Непролазная чаща»** (взрослые встают в цепочки по одной линии, держась за руки. Дети по одному преодолевают змейкой живую изгородь, обратно возвращаются гладким бегом, передают эстафету следующему игроку. Команда, выполнившая первой задание, получает фишку).

- Вот и еще одно препятствие мы преодолели. Может, отдохнем?

**Игра со зрителями «Путешествие»**

- Отправляемся дальше! Впереди огромный ров! Нам никак без моста не перебраться! Что будем делать? Конечно! Мы построим мост.

**Аттракцион «Построим мост»** (команды встают в следующем порядке – папы, мамы, дети. Первый участник бежит до отметки, хлопает в ладоши и встает «мостиком» с опорой на стопы и ладони. Второй участник подлезает под первым, хлопает в ладоши и встает рядом и т.д., пока все участники не построят мост. Выигравшей команде дается фишка).

- Замечательно! Мы и с этим препятствием справились! А вот и продукты, которые нам оставили

жители острова, но я не уверена, что все они полезны для здоровья! Наша задача – отобрать полезные продукты. Как думаете, справитесь?

**Аттракцион «Полезная еда» (**команды выстраиваются в колонну по одному. Преодолевая тоннель бегут до корзины с продуктами, берут один и возвращаются гладким бегом обратно, кладут продукт в корзину, передают эстафету следующему участнику. Капитаны команд по очереди называют полезные продукты, зрители проверяют. Выигравшая команда получает фишку)

После еды надо привести себя в порядок и немного отдохнуть. В корзинках лежат разные предметы. Вы должны будете выбрать только предметы обихода. Кто быстрее это сделает – получит фишку)

**Аттракцион «Отбери предметы личной гигиены»** (в корзинах находятся разные предметы, в том числе предметы личной гигиены: зубная щетка, паста, гель для душа, мыло, мочалка, ватные диски, салфетки бумажные, салфетки для лица и рук, туалетная бумага… Команды по сигналу начинают движение, перепрыгивая из обруча в обруч: папы на одной ноге, мамы – на двух ногах, дети – широким шагом, берут по одному предмету и возвращаются гладким бегом к команде, передавая эстафету следующему игроку. По окончании проверяется правильность выполнения задания, вручается фишка).

- Отлично справились с заданием!

Пришло время нам с вами поиграть! Любите волейбол? А волейбол с воздушными шарами? Становитесь на игру! Но, уважаемые взрослые, не забудьте, что рядом с вами самые любимые ваши сыночки и дочки! Играйте аккуратно!

**Игра «Волейбол с воздушными шарами»**

- Я думаю, что обе команды заслужили фишки! Вы были очень азартные, веселые. Вели себя – как дети!

А наше путешествие заканчивается! Осталось только выложить из заработанных букв слово и узнать название острова, где мы так весело провели время!

Дети выкладывают слово, взрослые им помогают по необходимости.

- Что у нас получилось? Да! Мы сегодня с вами путешествовали по острову «Здоровячок». Давайте еще раз вспомним, что надо делать, чтобы оставаться всегда здоровым, молодым, веселым?

**Танец по показу «Если хочешь быть здоровым…»**

-Я благодарю вас за участие в игровой программе и хочу вручить вам небольшие призы, которые будут напоминать вам о нашей встрече (вручение грамот и призов командам).