**Сценарий спортивного дня здоровья**

**«Квест -путешествие»**

**Инструктор по физкультуре МБДОУ «Детский сад №11«Солнышко» г.Лесосибирска Засемкова А.Л.**

Цель: Закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, приобщать детей к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Воспитывать аккуратность, чувство взаимопомощи;

- Развивать двигательные навыки

- Выполнять физические упражнения слажено, дружно;

- Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах

- Способствовать у детей чувству удовлетворения от двигательных заданий;

- Создать радостное эмоциональное настроение.

Пособие: спорт.инвентарь, пазлы "Насекомых", загадки, осенние листочки, корзинка, шишки, фрукты, овощи, кубики, мячики, ящики.

*Под спортивный марш дети выходят на спортивную площадку и строятся по группам.*

ХОД ПРАЗДНИКА:

***Ведущий***: На спортивную площадку

Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

***Ведущий***: Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День Здоровья.

Улыбкой светлой,

Дружным парадом

День Здоровья начать нам надо.

Давайте все дружно крикнем

Дню Здоровью Ура! Ура! Ура!

***Ведущий***: Кто скажет, что значит «быть здоровым? ». (ответы детей)

-Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

- Нам здесь некогда скучать

- Пора разминку начинать.

*под музыку "Зверобика" все выполняют разминку.*

*Появляется Клоун "Здоровей-ка"*

**Клоун "Здоровейка":**

Я – клоун Здоровей-ка!

Всегда здоровый я!

Пришел на День здоровья

Я к вам, мои друзья!

А, что это за праздник?

Скажу вам, не тая:

День здоровья – праздник сильных,

День здоровья – праздник крепких,

Тех, кто делает зарядку,

Не болеет никогда!

-Ребята, а как вы понимаете, что такое здоровье?*( ответы детей.)*

И что надо делать, чтобы быть здоровым?

1. Делать утром зарядку обязательно

2. Мыть руки перед едой

3. Закаляться

5. Заниматься физкультурой и спортом

**Клоун:**Вот мы сейчас и будем заниматься физкультурой, мы с вами отправимся в путешествие. Вас будут ждать добрый Доктор Айболит и Лесовичек, а также я –Клойн «Здоровей-ка» и волшебница Осень. Я вам раздам маршрутные листы по которым вы будете передвигаться ,выполняя задания. За каждое выполненное задание вы будете получать осенние листочки, которые принесете Осени в корзинку. В добрый путь!

*Дети по группам отправляются по станциям, указанным в маршрутном листке и вместе с героями выполняют задания, получая осенние листочки для Осени.*

**1станция "Осень"**

Я начну, а вы кончайте,

На вопросы отвечайте!

(Ответ : "Это я, это я, это все мои друзья")

1. Кто из вас хранит в порядке

Книжки и тетрадки? (Ответ: "Это я...)

2. Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

3. Кто из вас, из малышей,

Ходит грязный до ушей? (Ах, попались!)

4. Кто зарядки не боится,

Кто под краном любит мыться?

5. Кто из вас такой хороший

Загорать ходил в калошах? (Ах, попались!)

**задание «Собери витамины»**

*На этой станции необходимо помочь Осени выбрать из множества предметов только фрукты и овощи и сложить их в ящики.*

*Дети делятся на две команды и задание выполняется в виде эстафеты.*

**2 станция "Доктор Айболит"**

*Дети должны отгадать загадки Доктора Айболита.*

**1. Хожу-брожу не по лесам,**

**А по усам и волосам,**

**И зубы у меня длинней.**

**Чем у волков и медведей (Расчёска)**

**2. Ускользает, как живое,**

**Но не выпущу его я.**

**Белой пеной пенится,**

**Руки мыть не ленится (Мыло)**

**3. Резинка Акулинка**

**Пошла гулять по спинке.**

**А пока она гуляла,**

**Спинка розовая стала (Мочалка)**

**4. Хвостик из кисти,**

**А на спинке - щетинка (Зубная щётка)**

**5. Говорит дорожка -**

**Два вышитых конца:**

**- Помойся хоть немножко,**

**Чернила смой с лица!**

**Иначе ты в полдня**

**Испачкаешь меня (Полотенце)**

**6. Что дороже денег (Здоровье)**

**3 станция "Клоун Здоровей-ка"**

Жили-были кошка и котята в замечательном доме.

Кошка пошла за молоком, а котята взяли спички.

Спички – лучшая игрушка для скучающих детей.

Папин галстук, мамин паспорт – вот и маленький костер.

Если тапочки подкинуть или веник подложить,

Можно целый стул зажарить, в тумбочке уху сварить.

Если взрослые куда-то спички спрятали от вас,

Объясните им, что спички для пожара вам нужны.

Вы, согласны, что игра со спичками самая замечательная? …

Ребята, что надо делать в первую очередь при пожаре ? (выбежать из дома, позвать взрослых на помощь)

Чем можно потушить огонь? ( Залить водой, накрыть плотной тканью, перекрыв доступ воздуха. На улице огонь можно засыпать песком, землей.)

Как называется профессия людей, которые тушат пожар?

**Давайте с вами поиграем в пожарных.** У нас 2 команды: каждый участник бежит с ведром в руках до "огня" и выливает воду потом ведро передает другому.

**4 станция "Лесовичок"**

Лесовичок: Здравствуйте, ребята! Зачем ко мне пожаловали? Будете ветки ломать, цветы рвать и бросать, моих друзей обижать.

Воспитатель: Что-ты, Лесовик, наши дети деревья не ломают, цветы и растения просто так не рвут. Животных, насекомых не обижают. Зимой птичкам помогают, подкармливают их.

Лесовичок: отлично, мне такие помощники нужны. Для начала надо полянку убрать, Поможете?

**Игра «Кто быстрее соберет шишки».**

Шишки разложены в обручах, каждая команда в ведро собирает шишки из своего обруча. Кто быстрее выполнит задание.

Лесовичок: Молодцы, быстро справились с заданьем. А насекомых моих сможете вылечить. Кто-то им крылья оторвал, маленькие лапки оттоптал.

**Игра « Вылечи насекомое»** - собрать разрезанные на части картинки насекомых

Детям предлагает собрать пазлы насекомых "Пчелы" Божьей коровки" "Бабочки"и т.п.

После всех пройденных станций все команды собираются на спортивной площадке. Осень благодарит детей за веселый праздник здоровья. Дарит каждой группе сладкие призы.

***Ведущий***:Я гляжу без удивленья на веселых дошколят.

Олимпийские ребята нынче ходят в детский сад!

Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!

Помогают нам всегда солнце воздух и вода!

Крепла, чтоб мускулатура занимайтесь физкультурой!

До свидания, детвора! Всем привет! Физкульт … .Ура!

*Дети под марш уходят с площадки.*