**Сценарий**

**спортивного праздника посвященного Всемирному дню здоровья**

**в старшей и подготовительной**

**к школе группе**

**«Путешествие со Спортиком».**

**Подготовила и провела:** Могилевцева Л.С.

Инструктор по физической культуре.

**2023**

**Сценарий спортивного праздника**

**«Путешествие со Спортиком».**

**Задачи:** формировать здоровый образ жизни у педагогов и воспитанников. Воспитывать у детей и взрослых любовь к спорту. Развивать ловкость, выносливость, координацию движений. Совершенствовать навык метания в цель, передачи эстафеты, катания на самокате, преодоление препятствий. Способствовать воспитанию чувства коллективизма.

**Оборудование:** мячи, корзины, обручи, самокаты, флажки, канат, стойки.

**Методические рекомендации:** мероприятие проводится на спортивной площадке. Все участники (дети, воспитатели) в спортивной форме. Команды заранее продумывают название, девиз, эмблему команды, измеряют рост, вес, подсчитывают возраст всех членов команды. Болельщики поддерживают свои команды «кричалками».

**Звучит марш. Под музыку дети проходят на спортивную площадку.**

**Инструктор**: ребята, сегодня у нас спортивный праздник, посмотрите сколько гостей пришло к нам в гости. Давайте с ними поздороваемся.

**Дети:** здравствуйте.

**Инструктор**: давайте вспомним какие части тела есть у человека.

(Дети называют и показывают на себе)

А теперь расскажите, что могут делать руки человека.

**Дети:** рисовать, ложку держать, в мяч играть и т. д.

**Инструктор**: вот сколько действий могут совершать руки человека. А для чего нужны нам ноги.

**Дети:** ходить, бегать, прыгать, приседать.

**Инструктор**: а какую же роль играет тело человека?

**Дети:** туловище является хранилищем для внутренних органов человека, оно оберегает от внешних воздействий (травмы, удары).

**Инструктор**: с годами человек меняется, меняется его тело. Из слабого и беспомощного в детстве оно превращается в сильное и крепкое в молодости. А как вы думаете, что надо делать, чтобы быть крепкими и здоровыми всю жизнь.

**Дети:** закаляться, заниматься физкультурой, правильно питаться, не иметь вредных привычек, соблюдать правила гигиены, делать зарядку по утрам заниматься спортом.

**Спортик:** здравствуйте, ребята, я – затейник,

Я Спортиком зовусь.  
И если будет скучно, вмиг разгоню я грусть.  
Мой папа – Спорт, а мама – Физкультура,  
Все виды спорта – близкая родня, объездил все я страны мира,  
Ребята всюду ждут меня.  
Очень рад я вас здесь встретить,

Но прошу мне ответить.

Вы здоровы или нет

Дети дайте мне ответ.

**Дети:**да.

**Спортик:** мы зарядкой заниматься

Начинаем по утрам.

  Пусть болезни нас боятся,

Пусть они не ходят к нам.

Надо ловким стать стремится

Словно зверь и словно птица.

Становись-ка на зарядку,

Всем поможем по порядку!

Заяц головой вращает-

Мышцы шеи разминает.

Делает старательно каждое движенье,

Очень ему нравится это упражненье.

Руки ходят футы – нуты

Словно щупальцы у спрута

Как, похоже посмотри!

1 - 2 - 3! 1 - 2 - 3 !

Серый волк немного сонный,

Выполняет он наклоны:

"Ты, волчишка, не ленись!

Вправо, влево наклонись,

А потом вперёд, назад,

Получишь бодрости заряд!

Медвежонок приседает,

От пола пятки отрывает,

Спинку держит прямо-прямо!

Так учила его мама.

Ну а белки, словно мячики

Дружно прыгают и скачут!

Вдох и выдох, наклонились.

Всем спасибо, потрудились!

Думаю, вы все готовы

В страну здоровья – Спортландию отправиться.

**Дети:** да.

**Спортик:** дорога в Спортландию опасна и трудна, вам предстоит преодолеть все препятствия на своем пути.

По пути в страну здоровья

В огород сейчас пойдем,

Овощей там наберем.

1 -2 -3 -4 -5 .

Что мы будем собирать?

**Дети:** картошку, морковку, свеклу, помидоры, огурцы, лучок, яблоко, капусту.

*(На пути детям встречаются овощи).*

**Все дети:** мы овощи и фрукты

Полезные продукты.

Как зайдем мы в огород,

Витаминов полон рот.

И петрушка и лучок,

**Сельдерей и чесночок.**

**1 ребенок:** Дети в счете преуспели,

Яблок летом много съели.

В яблоках железа есть

Это нужно всем учесть.

**2 ребенок:** Я морковка рыжий хвостик,

Приходите чаще в гости.

Чтобы глазки заблестели,

Чтобы щечки заалели.

Пей морковный сок с утра,

Зорким будешь ты всегда.

**3 ребенок:** Я такой хороший

Зелененький горошек.

Чтобы сердце не болело,

Съешь меня, дружочек смело.

4 ребенок: Собери картошку с грядки

Отвари и съешь скорей.

И обмен веществ в порядок

Приведешь, ты мне поверь.

**5 ребенок:** Спелый, сочный помидор

С кожицей атласной.

Он улучшит свойства крови,

Станет она красной.

**Все дети:** мы полезные продукты,

Витаминов много в нас.

Ешьте овощи и фрукты,

Пейте соки, просим вас.

**Спортик:**быстрая горная река у нас на пути, нам предстоит ее перейти.

*(Перепрыгивание на 2-х ногах по нарисованным кругам).*

Ой , посмотрите какой густой кустарник, давайте его перешагнем.

*(Ходьба с перешагиванием, поднимая высоко колено).*

Мы подошли к высокой траве, тропинку совсем не видно, пробираться будем «гуськом» на присядках.

*(Ходьба «гуськом» на присядках, поднимая высоко голову и выпрямляя спину).*

Взгляните какая веселая гусенечка нам встретилась , давайте с ней поиграем.

*(Прыжки по следам, нарисованных на гусенечке).*

Вы готовы продолжить наше путешествие?

**Дети:** да.

**Спортик:**  друг за драгам вставайте и дальше за мною шагайте.

*(прыжки по камешкам*).

Опасные горы встают на пути, нам предстоит их перейти.

*(Перешагивание через скаты).*

Лианы сплелись в волшебные дуги , нам нужно под ними пройти.

(Пролезание под дуги на присядках).

Затем прополем под кустом.

По мостику скорей ты проходи,

И в зыбкое болото смотри не угоди.

К стране Спортландии подходим все ближе и ближе, и поднимаемся все выше и выше, выше леса выше гор.

Все целы, все добрались, никого не потеряли?

Ребята посмотрите какая извилистая тропинка у нас впереди, пойдемте по ней , друг за другом смотри.

*(Ходьба по тропинке в колонне по одному).*

**Здоровячек:** кто ловок, крепок, строен,

В Спортландию спешат.

Всегда в ней ждут и взрослых ,

И маленьких ребят.

**Спортик:** привет страна Спортландия,

Мир спорта, игр, детей!

К тебе страна Спортландия,

Ведем своих детей.

Что за чуда чудеса !

Два быстрых колеса.

Он – от нас, а мы – за ним,

Поспеваем, подгоняем,

Только падать не дадим!

Мы как кенгуру поскачем

По дорожке далеко.

Не сумел бы даже мячик

Так упрыгнуть далеко.

**Инструктор:** добро пожаловать гости дорогие!

Веселья вам, да радости желаем,

Вы слышали об этой загадочной стране?

Она приснилась, как-то кому-то вдруг во сне.

Дороги здесь – канаты, а мостики – батут,

Бассейном океаны в Спортландии зовут.

Кто ловок, крепок, строен,

В Спортландию спешат.

Всегда в ней ждут и взрослых,

И маленьких ребят.

**Инструктор:** привет, страна Спортландия,

Мир спорта, игр, детей!

К тебе, страна Спортландия,

Ведем своих друзей.

Много маленьких спортсменов

Есть у нас в краю родном.

Будем мы отличной сменой,

Вместе скажем мы с тобой:

**Инструктор:** что такое Олимпиада?

Это честный спортивны бой.

В нем участвовать – это награда!

Победить же может любой!

Пять колец Олимпиады

На арене мировой,

Пять колец Олимпиады

Символ всех грядущих встреч,

Пять колец Олимпиады

Надо с детства их беречь!

**Инструктор:** чтобы собрать олимпийский символ

Вы должны выполнить задание.

Спорт нам плечи расправляет,

Силу, ловкость нам дает.

Он нам мышцы развивает.

На рекорды нас зовет.

**Инструктор:** раз, два, три, четыре, пять.

Время ножкам побежать,

Чтоб окрепли мышцы ног.

Время всем бежать вперед.

**1-эстафета: Бег.**

**Инструктор:** молодцы все справились с заданием и получаете 1 олимпийское кольцо.

**Инструктор:** А теперь у нас по плану,

Будет конкурс.

Испытаем вас сейчас.

У кого вернее глаз,

У кого рука сильнее,

Эй, ребята выходите

Свою меткость покажите.

1. **- эстафета: Метание в корзину.**

**Инструктор:** молодцы заработали еще одно кольцо.

**Инструктор:** вот у нас волшебный мяч,

Вы на нем помчитесь вскачь.

Укреплять мускулатуру,

И осанку, и фигуру

Ты здоров и строен будешь

Ну давай, скорей садись

**Инструктор:** игр веселых много знаем.

С удовольствием играем.

В эти игры всякий раз.

Поиграем и сейчас.

**Игра: «Волейбол»**

**Инструктор:** Если хочешь ловким быть,

Если хочешь сильным быть.

Предлагаю вам игру кенгуру.

Мы как кенгуру поскачем.

По дорожке далеко

Не сумел бы даже мячик

Так упрыгал далеко.

1. **- Эстафета:Кенгуру.**

**Инструктор:** молодцы все справились с заданием и получаете 3 олимпийское кольцо.

Инструктор: Девочки внимание,

Мальчики внимание,

Есть для вас еще одно

Веселое задание.

Что за чудо –чудеса

Два быстрых колеса

Он – от нас, а мы за ним

Поспеваем подгоняем

Равновесье сохраняем.

**4- Эстафета: Самокаты.**

**Инструктор:** молодцы все справились с заданием.

По плечу победа смелым,

Ждет того большой успех.

Кто, не дрогнув, если нужно,

Вступит в бой один за всех,

**5 -эстафета: Передача мяча.**

**Инструктор:** молодцы все справились с заданием.

**Инструктор:** мы желаем вам, ребята

Быть здоровыми всегда

Но добиться результата

Невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться-

Каждый раз перед едой,

Прежде чем за стол садиться,

Руки вымойте с водой!

Все мы в дружбу верим свято,

Каждый в дружбе молодец.

Пять колец, на флаге белом

Меж собой переплелись,

Будто все спортсмены мира

Крепко за руки взялись.