Музыкально-спортивное развлечение для детей средней группы «Путешествие по стране Здоровья»

**Провела Третьякова И.Н.**

**Цель:** Создание социальной ситуации развития, посредством игры – «Путешествие по стране Здоровья»

**Задачи:**

**Создать условия для** охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, развития физических качеств ребенка:

для приобретения опыта в двигательной деятельности детей;

для овладения подвижными играми с правилами.

для формирования начальных представлений о некоторых видах спорта

**Создать условия для** формирования ценностей здорового образа жизни:

для расширения представлений о здоровом образе жизни;

для овладения его элементарными нормами и правилами *(в питании, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).*

**Оборудование:** таблички с названиями станций; музыкальные и художественные иллюстрации; оборудование для босохождения *(коврики)*; бутафорская корзина.

**Костюмы для героев:** Незнайка, Витаминка, Садовник Гриша, Айболит, Чистюлька, Гантелька; маски для детей, исполняющих роли овощей: Картошка, Капуста, Чеснок, Морковь, Свекла, Огурец, Баклажан, Лук, Помидор; маски для детей, исполняющих частушки: Лимон, Апельсин, Яблоко, Груша, Виноград.

**Спортивное оборудование:** клюшки, шайбы, эстафетные палочки, мячи, кегли, лыжи, мешки.

**ТСО:** Музыкальный центр, микрофоны, флеш-карта с музыкальным материалом.

**Действующие лица:**Ведущая, Незнайка, Витаминка, Садовник Гриша, Айболит, Чистюлька, Гантелька - взрослые. Картошка, Капуста, Чеснок, Морковь, Свекла, Огурец, Баклажан, Лук, Помидор – дети старшей группы.

Ход развлечения:

*Звучит музыка «Я, ты, он, она – вместе целая страна». Дети выходят на центральную площадку, становятся полукругом. Выходит Ведущая.*

**Ведущая:** Здравствуйте, ребята!

Я рада приветствовать вас!

Как много светлых улыбок

Мы видим на лицах сейчас.

Сегодня праздник всех собрал:

Ни ярмарка, ни карнавал!

Путешествие по стране здоровья начинаем

И всех вас с этим поздравляем!

Я знаю, вы приготовили небольшие стихотворения. Давайте, по очереди прочитаем их.

**1 ребенок:**

Чтоб расти нам сильными.

Ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам

Мы зарядку делаем.

**2 ребенок:**

К солнцу руки поднимаем.

Дружно весело шагаем,

Приседаем и встаем

И ничуть не устаем.

**3 ребенок:**

Кто из вас, ребята, знает

Что закалка помогает

И полезны нам всегда,

Солнце, воздух и вода.

**4 ребенок:**

Чтобы нам не болеть

И не простужаться,

Мы зарядкой всегда

Будем заниматься.

Зарядка «Солнышко лучистое»

*Звучит музыка. Выходит Незнайка.*

**Незнайка:** Здравствуйте, дети! А чего вы здесь все собрались?

**Ведущая:** Здравствуй, Незнайка! Ты опять все проспал! Наши дети сегодня будут путешествовать по стране «Здоровья»!

**Незнайка:** А что такое здоровье?

**Ведущая:** Вот отправляйся вместе с ребятами, и ты обо всем узнаешь!

**Ведущая:** *(детям)* Ребята, вы любите путешествовать? *(Да)* Ну, тогда путешествие начинается! Сегодня вас ждет много приключений! *(звучит музыка, дети уходят на первую станцию).*

Станция «Крепкий дух – здоровый дух»

**Айболит:**Здравствуйте, дети!

Узнали вы меня? *(доктор Айболит)*

Как здорово, что мы сегодня,

Встретились, друзья! *(дети здороваются)*

**Айболит:** Моя станция – «Крепкий дух, здоровый дух»! Ребята, расскажите, пожалуйста, что вы знаете о здоровом образе жизни! *(дети отвечают).* Много знаете, молодцы! Сегодня я хочу рассказать вам о пользе закаливания для нашего организма.

***Чтоб здоровье сохранить,***

***Организм свой укрепить,***

***Знает вся моя семья —***

***Должен быть режим у дня.***

***Закаляйся утром, днем,***

***Вечером, ну а потом,***

***Перед сном помой лицо –***

***Будешь ты большим молодцом!***

***Закаляйся постоянно -***

***Укреплять здоровье надо!***

***Закаляйся, и тогда***

***Не страшна тебе хандра!***

***У здоровья есть враги,***

***С ними дружбы не води!***

***Среди них тихоня лень,***

***С ней борись ты каждый день.***

**Незнайка:**Доктор Айболит, а какие бывают виды закаливания? Покажи нам!

**Айболит:** С удовольствием! Я буду показывать вам картинки, а вы называть, какие виды закаливания изображены *(на картинках изображены разные виды закаливания, дети называют).*

1. Умывание лица, шеи, рук до локтей.

2. Ножные ванны, *(в т. ч. и контрастные)*

3. Воздушные ванны в помещении

4. Прогулка

5. Воздушно-солнечные ванны

6. Босохождение

7. Гимнастика после сна, в хорошо проветренном помещении.

**Айболит:**Молодцы, справились с заданием! А сейчас я хочу вам предложить два вида закаливания – «Босохождение», «Гимнастика после сна». Хотите выполнить вместе со мной? *(Да).*

*(Айболит предлагает Незнайке и детям пройтись босиком по специальным коврикам для босохождения. Дети поочередно проходят и становятся в шеренгу для выполнения гимнастики под музыку).*

«Пройдись по коврикам»

**Незнайка:** Здорово! Мне так понравилось с вами закаляться! А вам, дети? *(ответы детей).*

**Айболит:** Теперь вы многое знаете о пользе закаливания, а я говорю вам до новых встреч!*(дети прощаются, уходят на следующую станцию)*

Станция «Садовая и огородная»

*Садовник Гриша и Витаминка встречают детей.*

**Садовник Гриша:**

Добрый день, мои друзья!

Садовник Гриша - это я!

В саду своем порядок навожу,

И вам о всем сейчас расскажу.

В этом саду растут цветы,

Они небесной красоты,

На них всегда любуюсь я,

А также все мои друзья!

Растет здесь ягода малина,

Клубника, дикий виноград,

Пройдемся вместе мы по саду –

Всем вам, ребята, очень рад!

**Витаминка:**Здравствуйте, дети! А меня зовут Витаминка! Вы прибыли на станцию «Садовая и огородная». Я слежу за моим огородом и выращиваю полезные овощи.

**Садовник Гриша:** Сегодня я расскажу вам о пользе фруктов и ягод. Вы хотите об этом узнать? *(Да)*

**Незнайка:** И я хочу об этом узнать! Хочу, хочу, хочу!

**Садовник Гриша:** Ну, тогда я предлагаю отгадать загадки. Готовы? *(Да)*

Загадки:

1. В садочке есть плод,

Он сладок, как мед,

Румян, как калач,

Но не круглый, как мяч,

- Он под самой ножкой

Вытянут немножко *(груша).*

2. Плод все лето зеленого цвета,

А ранней осенью-красный с просинью*(слива).*

3. Он вздыхает очень тяжко -

Так бедняжка растолстел,

Что зеленую тельняшку

На себя с трудом надел *(арбуз)*

**Садовник Гриша:** Молодцы, дети! Все загадки отгадали!

**Витаминка:**Я тоже хочу вас пригласить в свой огород! Хотите увидеть, какие овощи здесь растут?

**Витаминка:**Все девчонки и мальчишки, знаю – очень любят книжки.

Любят сказки, любят песни, а чтоб было интересней

Сценку вам одну покажем и про спор один расскажем.

Сценка «Спор овощей"

*(дети старшей группы исполняют роли)*

**Витаминка:** Вот такая история приключилась с нашими овощами. Дети, вам понравилась сценка? Что вы поняли и взяли для себя? *(Дети высказывают свои мнения).*

**Незнайка:** Я понял, что все овощи хороши и полезны для нашего организма! Теперь я буду кушать все подряд! Все, все, все!

**Витаминка:** Незнайка, постой! Кушать все подряд и вперемешку тоже вредно! Можно стать мальчиком – обжоркой! Во всем нужно знать меру! Ребята, вы хотите поиграть с нами?*(Да)*

Игра «Овощи и Фрукты»

*(дети встают в две колонны. Поочередно бегут к корзинам, наполненными фруктами и овощами, одна команда собирает овощи, вторая фрукты. В конце игры подводится итог)*

**Садовник Гриша:** Какие молодцы, дети! Кушайте фрукты и овощи, и здоровье ваше будет самое крепкое! До свидания, ребята! *(Витаминка и Садовник Гриша прощаются с ребятами, дети уходят на следующую станцию)*

«Станция чистоты»

**Чистюлька:**Здравствуйте, ребята! Вы прибыли на «Станцию чистоты». Я-веселая девочка - Чистюлька! А вы кто? *(ответы детей)*Здорово, ребята! Я тоже очень люблю путешествовать! Как вы думаете, почему у меня такое имя? *(ответы детей)* Правильно, потому что у меня есть одно самое главное правило – Соблюдай чистоту, и будешь здоров! Вы согласны с этим? *(дети отвечают).*

**Чистюлька:**Сегодня, я хочу вас познакомить с моими правилами чистоты, которые помогут вам оставаться всегда здоровенькими, чистенькими и опрятными!

1. **Правило:**

«Мойте чаще

Ваши руки и лицо.

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днем,

Перед каждою едой,

После сна и перед сном».

**2. Правило:**

«Не есть и не пить на улице,

Есть только мытые овощи и фрукты,

Есть только из чистой посуды».

**3. Правило:**

«Волосы ты причеши – тогда все скажут от души –

Вот какая наша Таня – и смеяться над ней не станем!».

**4. Правило:**

«Чистить зубы – каждый знает,

Это нужно без сомненья,

Ротик нужно полоскать,

После супа и печенья».

**5. Правило:**

«Будь опрятным и веселым,

Чистым, вымытым, ребенок!

И тогда все скажут дружно

Аккуратность – это нужно».

**Чистюлька:** Ребята, вы готовы соблюдать эти правила? *(Да)*Какие вы молодцы! Я очень рада, что вы любите чистоту и будете самыми здоровенькими ребятами! Ну, что, я говорю вам, до свидания! *(дети прощаются, уходят на следующую станцию).*

Станция «Спортивная»

**Гантелька:**Здравствуйте, ребята! Моя станция – спортивная! Я очень люблю спортивных девчонок и мальчишек, ведь спорт продлевает жизнь! Он укрепляет наше физическое здоровье и дарит нам веселое настроение! А вы любите спорт? *(Да)* Как здорово! Сегодня я хочу с вами провести веселые спортивные соревнования! Вы готовы? (Да)

**Гантелька:**Отлично! Но перед началом мы должны провести веселую подвижную разминку:

*(Звучит музыка, дети вместе с Гантелькой выполняют ритмическую гимнастику «Делайте зарядку»)*

**Гантелька:**Теперь вы готовы к настоящим спортивным соревнованиям? *(Да)*Ну что ж, тогда мы начинаем! Разделитель, пожалуйста на две команды! *(Дети делятся, придумывают название своим командам, девиз).*

Итак, первое соревнование начинается!

1 эстафета: «Передай эстафетную палочку»

*(По сигналу, участники бегут до ориентира и обратно, передают эстафетную палочку следующему участнику).*

2 эстафета: «Пингвины»

*(На расстоянии каждой команды стоят кегли. По сигналу участники зажимают щиколотками ног набивной мяч и идут до кегли. Обратно берут мяч в руки и бегут в строй, передавая мяч следующему игроку).*

**Гантелька:** Молодцы, ребята! Сейчас мы немного отдохнем. Я вам буду задавать вопросы, а вы постарайтесь ответить на них правильно.

**1 вопрос:** «Назовите настольные спортивные игры» *(шашки, шахматы, настольный теннис)*

**2 вопрос:**«Какие спортивные игры с мячом вы знаете?» *(футбол, волейбол, баскетбол, хоккей с мячом)*

**3 вопрос:**«Как называют спортивного наставника?» *(тренер)*

**4 вопрос:**«Как называют начало забега и конец?» *(старт и финиш)*

**Гантелька:**Молодцы ребята! Ну что, продолжаем наши соревнования! *(Да)*

3 эстафета: «Прыжки в мешках»

*(Участники становятся в мешки, держа его в руках, прыгают туда и обратно).*

**Гантелька:** Ребята, вы отлично справились с заданиями! Поздравляю вас! Я уверена, что вы будете любить всегда спорт – ведь он залог вашего здоровья! До свидания!

Незнайка: До свидания, Гантелька! Сегодня мы так много узнали о спорте! Так повеселились, набегались!*(дети идут на центральную игровую площадку)*

**Ведущая:** Ну что, молодцы, дети! Я снова рада видеть вас здесь, на этой площадке! Незнайка, тебе понравилось путешествие!

**Незнайка:** Очень понравилось, я так много узнал! Приглашайте меня во все ваши путешествия! Совсем скоро я буду знать очень много и стану даже умнее Знайки!

**Ведущая:** Я очень рада за тебя и за всех наших ребят! Будьте всегда здоровы! И в завершении нашего замечательного праздника я предлагаю нам всем вместе исполнить замечательный хоровод «Если с другом вышел в путь»!

Хоровод «Если с другом вышел в путь»

**Ведущая:**

Чтоб здоровым быть, веселым

И не кашлять никогда,

Ты гуляй, танцуй почаще!

Будь смелее ты всегда!

Громче музыка играй!

На флэш-моб всех приглашай!

*Под музыку дети становятся на главной площадке, проводится танцевальный флэш-моб.*

Флэш-моб «Танец здоровья»

*Праздник заканчивается*

*Дети уходят в группу*