Спортивное развлечение «Страна здоровья»

**Провела Третьякова И.Н.**

Цель **развлечения**: укреплять **здоровье детей**. Формировать представления о **здоровом образе жизни**. Воспитывать соревновательный дух дошкольников.

Задачи:

1. Доставить детям удовольствие от совместной двигательной деятельности в **спортивных играх**; повышать двигательную активность

2. Закрепить умения и навыки, приобретенные на физкультурных занятиях.

3. Побуждать выполнять правила игры, **развивать ловкость**, выносливость, волевые качества в достижении цели.

4. В играх; **развивать пространственную ориентацию**; воспитывать взаимопомощь, взаимовыручку, творческую активность.

 Ход **развлечения**:

Дети вместе с воспитателем заходят в зал и садятся на стульчики.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята! Когда мы **здороваемся**, что это значит? Мы желаем **здоровья**. А что такое **здоровье**? *(ответы детей)* А знаете ли вы, что нам нужно для **здоровья**? Я буду задавать вопросы. А вы громко отвечайте *«да»* или *«нет»*.

Что нам нужно для **здоровья**?

Может молоко коровье?

Может много нам конфет?

А с друзьями эстафета?

Тренажер и тренировка?

Свекла, помидор, морковка?

Пыль и грязь у вас в квартире?

Штанга или просто гиря?

Солнце, воздух и вода?

Очень жирная еда?

**Страх**, уныние, тоска?

Скейтборд – классная доска?

**Спорт**, зарядка, упражнения?

Сон глубокий до обеда?

Если строг у нас режим, мы к **здоровью прибежим**.

Молодцы! Справились с заданием. Я приглашаю вас в путешествие в **страну здоровья**. Вы согласны? Тогда в дальний путь! Занимайте свои места в нашем волшебном поезде.

Дети садятся на стульчики *(импровизированный поезд, звучит звук поезда)*. Первая станция

Воспитатель: Станция *«Зарядкино»*. Чтобы быть всегда **здоровым**, с чего мы начинаем свой день? Конечно с зарядки.

Под музыку делаем зарядку *(в интернете называется зарядка- кукутики)* По окончании дети садятся.

Беседа о **здоровье**.

1. Расскажите, для чего человеку нужны зубы?

2. Какие органы помогают нам узнать, что травка зеленая, а снег белый?

3. Как мы узнаем, что нас зовут гулять?

4. Что нужно делать, чтобы микробы не проникли в организм?

Воспитатель: Вы так много знаете о **здоровье**, а наше путешествие еще не закончилось, отправляемся в путь на нашем волшебном поезд. Звучит звук поезда

Воспитатель: Вот мы и приехали на станцию *«Чистюлькино»*.

Эстафета *«Помоем ручки»* (два стульчика с полотенчиками и тазиками. Надо добежать до стульчика, показать как моешь руки и вытереть их полотенцем. Вернуться обратно)

Дети садятся на стульчики.

Игра *«Да или нет»*.

- Перед едой надо мыть руки с мылом.

- Нужно в любое время есть, даже ночью.

- Есть надо продукты, которые полезны для **здоровья**.

- Нужно пищу глотать не жуя.

- Надо обсыпать себя крошками когда кушаешь.

- Всегда надо облизывать тарелки после еды.

- Больше ешь овощей и фруктов.

- Не нужно чистить зубы.

Воспитатель: Молодцы! Все вы знаете. Готовы отправиться дальше? Садитесь на свои места в наш волшебный поезд. Звучит звук поезда.

Воспитатель: Вот мы и доехали до станции "Витаминкино». Знаете ли вы, какие продукты нужно кушать, чтобы быть **здоровыми**?

Посмотрите, на этой станции перемешались полезные продукты и вредные.

Подвижная игра *«Кто быстрей возьмет полезный продукт»*

Воспитатель: Продолжаем наше путешествие. Вот мы и приехали на станцию*«****Спортивная****»*.

Эстафета с мешочком на голове.

Эстафета на мячах.

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие. Занимайтесь **спортом**, укрепляйте своё **здоровье**, **развивайте силу и выносливость**! Перед тем, как с вами попрощаться я хочу вам пожелать: крепкого **здоровья**, почаще улыбаться и никогда не унывать!