

**Музыкальный руководитель Кратирова Елена Руслановна.**

**Здоровый образ жизни.**

 **Назначение:** Сценарий предназначен для проведения спортивного праздника в детском саду в средней группе. Можно проводить как в помещении, так и на улице. Можно использовать как спортивное развлечение или итоговое мероприятие.
**Цель:** Создание благоприятной эмоциональной атмосферы в детском коллективе.
**Задачи:** Воспитывать у детей любовь и уважение к спорту. Учить работать в команде. Прививать стремление к здоровому образу жизни.

**Ход мероприятия.**

Под пение «Вместе весело шагать» дети выходят и строятся на площадке.
**Воспитатель:** Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами идем в поход за сокровищами. Чтобы совершить такой сложный поход, нужно хорошенько размяться.
Чтоб туризмом заниматься,
Надо детям всем размяться.
Если утром ты зарядку
Делать очень ленишься,
То в походе от нее
Никуда не денешься.
Разминка под песню «Солнышко лучистое».
**Воспитатель:** Наш путь пролегает через сложные препятствия, но мы вместе справимся с любыми задачами. В одиночку ходить в поход нельзя, надо собрать команду друзей.
***1 конкурс: «Команда».***Все дети получают свернутый листок, разворачивают, на нем нарисован ежик или зайчик. Делятся на две команды «Ежики» и «Зайчики».
**Воспитатель:** Отлично, команды для похода у нас уже есть. А что же нужно еще? (ответы детей).
Правильно, в поход нужно собрать рюкзак.
***2 конкурс: «Собери рюкзак».***
Две команды собирают свой рюкзак. Детям предлагается из разных предметов выбрать те которые необходимы в походе (карта, компас, спички(пустая коробка), топор(деревянный или бумажный). Конкурс на время.
**Воспитатель:** Ну что ж идем в поход! Наша дорога полна препятствий. Мы подходим к первому препятствию.
***3 конкурс «Болото».***
Команды должны взявшись за руки перейти через болото по кочкам. Наступать мимо нельзя, чтобы не утонуть в болоте. Побеждает та команда, у которой до края болота дошло больше игроков.
**Воспитатель:** Идем дальше. И на пути нам встречаются Высокие горы и глубокая пропасть. Что же делать?
***4 конкурс: «Скалолаз».***
Два стульчика со спинками ставятся спинка к спинке, через полметра еще два стульчика, это горы. Через один метр от них скамья, это мост над пропастью.
Детям предлагается перелезть через «горы» и пройти над «пропастью». Как только первый игрок дошел до конца «пропасти», движение начинает следующий игрок. Побеждает та команда, которая переправится раньше.
**Воспитатель:** А на пути нам встречается большая пещера и живет в той пещере большой медведь. Нам нужно пройти мимо него так, чтобы он нас не поймал.
***5 конкурс «Медведь».***
«Медведь» взрослый, ему завязываются глаза. Дети по одному от каждой команды держат в руках колокольчики и пытаются пройти мимо, медведь на слух ловит детей. Пока все дети не перейдут. Побеждает та команда, где меньше игроков поймано.
**Воспитатель:**А сейчас мы подходим к бурной речке, и нам нужно переправиться.
***6 конкурс:*«Переправа».**
Нужны два обруча, обруч это лодка. Капитан команды встает внутрь обруча и по одному перевозит своих товарищей в «лодке» на другой берег. Побеждает та команда, чьи игроки раньше переправятся.
**Воспитатель:** Вот мы и пришли на место. Достаем карту и по карте следуем инструкциям.
***7 конкурс: «Карта».***
Конкурс для капитанов. Каждый стоит у своей черты направления у каждого свое, но инструкции общие.
Пять шагов вперед, три шага на право, четыре шага влево, два прыжка на двух ногах прямо, два шага вправо, пять шагов прямо.
**Воспитатель:** Если вы шагали в правильном направлении, то перед вами «сундук с сокровищами» (коробка, а внутри конфеты или фрукты).
Мы проделали такой сложный путь и теперь должны хорошенько отдохнуть и поиграть.
***Подвижная игра « Земля, огонь, воздух, вода».***
Все игроки встают в круг, в середине – ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из слов: «земля», «вода», «воздух», «огонь». Если водящий сказал «земля!» тот кто поймал мяч, должен быстро назвать того, кто обитает в этой среде. На слово «вода!» играющий отвечает названием рыб. На слово «воздух!» - названием птиц. При слове «огонь!» все должны несколько раз быстро повернуться кругом, помахивая руками. Затем мяч возвращается водящему.
***Подвижная игра «Салки».*
*Игра малой подвижности «Съедобное - не съедобное».***
**Воспитатель:** Вот и подошел к концу наш поход. Пора собираться домой.
На природе отдыхали,
Много ели и играли.
Мусор весь мы соберём
И с собой его возьмём.
Ведь полянка – чей – то дом,
Пусть порядок будет в нём!
И лягушку, и жучка,
В паутине паучка,
Бабочку и муравья
Не обидим ты и я!
Деревце, цветок и куст
Радуют всегда нас пусть!
Не сорвём и не сломаем,
Что они живые знаем!

