

*Ермакова Наталия Александровна, инструктор по физической культуре*

## **Сценарий спортивного досуга «Эстафета здоровья», посвященного Дню медицинского работника, для детей дошкольного возраста**

Цель: Создание условий для приобщения детей к здоровому образу жизни с помощью применения здоровьесберегающих технологий и игровых приёмов.

Задачи:

Обучающая:

– Совершенствовать двигательные качества.

Развивающая:

– Способствовать формированию устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, развитию положительных эмоций.

Воспитательная:

– Воспитывать товарищество, дружеские отношения, взаимовыручку.

### **Ход мероприятия:**

**Ведущий:**

Купить можно много:

Игрушку, компьютер,

Смешного бульдога,

Стремительный скутер,

Коралловый остров

Хоть это и сложно,

Но только здоровье

Купить невозможно.

Оно нам по жизни

Всегда пригодится.

Заботливо надо

К нему относиться.

Ребята, а что должен делать человек для сохранения и укрепления здоровья?

*Ответы детей.*

**Ведущий:**

Правильно! Соблюдать режим дня, правильно питаться, заниматься физкультурой и спортом, закаливать свой организм.

Сегодня мы отправимся с вами в веселое, увлекательное путешествие в страну Здоровья.

***Входит Айболит.***

**Доктор:** Не торопитесь, не спешите!

Я бежал по полям, по лесам, по лугам.

И только все время шептал: детский сад мой, детский сад мой, детский сад.

**Доктор:** Не болеете ли вы?

**Дети:** Нет.

**Доктор:** А не пучит животы?

**Дети:** Нет.

**Доктор:** Может сопельки текут?

**Дети:** Нет.

**Доктор:** Может прыщик на носу?

**Дети:** Нет.

**Доктор:** А ветрянка и ангина у вас есть?

**Дети:** Нет, нет, нет.

**Доктор:** Нужно убедиться точно ли не болеете!!! Срочно измерить температуру всем детям, больных на праздник не приму.

### ***Игра-разминка с детьми «Температура 36,6».***

*Доктор играет с детьми, выборочно подходит к детям и измеряет у них температуру.*

*Дети похлопали – измерил температуру*

*Дети потопали – измерил температуру*

*Дети попрыгали – измерил температуру*

*Дети поприседали – измерил температуру*

**Доктор:** Был сделан общий замер температуры у детей – у всех показал 36,6. Итак, наши команды готовы к путешествию?

**Ведущий:** На пути к здоровью будет очень много препятствий, преодолеть которые сможет самая ловкая, смелая, веселая и сплоченная команда.

### ***Приветствие команд***

*Команды произносят свое название и девиз.*

### ***Звучит музыка, вбегает Микроб.***

**Микроб:** Что, не ждали???? А я вот решил к вам в гости залететь, да может, и жить останусь. Я самый главный и опасный вирус.

Хоть меня не видит глаз,

Заразить могу я вас.

И холерой, и ангиной,

Насморком и скарлатиной.

**Ведущий:** А почему ты решил, что ты здесь нужен, и мы тебя оставим?

**Микроб:** Да вот мои помощники микробы наблюдали и мне передали, что некоторые дети, не знают и нарушают правила ЗОЖ.

**Ведущий:** Нет, я думаю, ты ошибаешься, давай мы это проверим?

**Микроб:** Да куда вам справиться с моими трудными заданиями?

**Ведущий:** Дети расскажут и покажут, что они знают о здоровье.

**Микроб:** Посмотрю, если вы с заданием справитесь, то уйду и помощников своих я заберу. Каждый мой помощник приготовил для вас задания, в порядке возрастания. Всего их три.

**Ведущий:** Дети вы справитесь? даааааааааааааааааааааааааааааааааааа

**Микроб:** Я, зловредненький Микроб, без труда залезу в рот. Если руки вам не мыть, будем вместе все дружить (хихикает).

**Доктор:** Как поел почисти зубки

Делай так два раза в сутки

Если щетку в руку взяли –

Зубки беленькими стали!  
Зубы крепкие нужны,  
Зубы белые важны.

### **1. Эстафета «Чистка зубов».**

**Участники:** 7 шт.

**Оборудование:** 3 клюшки-щетки, 3 мяча, 6 конусов зубы.

На каждую команду выдается клюшка (зубная щетка). Задача участников пробежать змейкой между конусами (зубы) ведя мяч перед собой. Добежав до последнего конуса, берут щетку с мячом в руки и бегут обратно в свою команду, передают щетку следующему участнику, а сами встают в конец колонны.

**Ведущий:** Ну что микроб, ты проиграл уходи, скорей от нас

**Микроб:** Ни за что я не уйду, всех сейчас вас заражу (чихает, кашляет)

**Ведущий:** Ребята, чтобы микроб не успел нас заразить, давайте его прогоним, а помогут нам в этом фрукты и овощи.

**Доктор:**

Здоровый образ жизни – это не только зарядка, закаливание, занятие спортом, а еще питание. Недостаток в пище витаминов и минеральных веществ... восполнить могут только овощи и фрукты.

### **2. Эстафета «Вперед за овощами-фруктами».**

**Участники:** 8 человек.

**Оборудование:** 3 огорода бизи с картинками овощей, фруктов и обманок, 3 корзинки, 3 барьера, 3 обруча.

На противоположной стороне, напротив каждой команды стоит огород (раскладушка – огород), на котором расположены картинки (яблоки, «Кока-кола», картошка, лимоны, супы «Ролтон», груши, чипсы). По сигналу первые участники с пустыми корзинами в руках отправляются «за витаминами».

Участникам необходимо преодолеть препятствия (перепрыгнуть через барьер, пролезть через обручи), добежав до огорода, сорвать нужный 1 продукт (овощ или фрукт), возвратиться обратно, передать корзинку следующему участнику. В конце витамины высыпаются перед участниками, проверяется все ли правильно собрано.

**Ведущий:** Ну что микроб, ты проиграл уходи, скорей от нас

**Микроб:** Никуда я не уйду.

**Доктор:** Тогда мы тебя забросаем витаминками.

### **3. Эстафета «Сбей микроба».**

**Участники:** 5 человек.

**Оборудование:** Кегли- микробы, мешочки-витаминки.

Напротив каждой команды стоят кегли микробы, у линии старта лежат мешочки (витаминки), задача детей сбить микробы мешочком.

**Доктор:** Вот прогнали мы Микроба, и все остались мы здоровы. Молодцы, ребята.

*Микроб убегает.*

#### **4. Эстафета «Анатомия».**

**Доктор:** Ребята, прежде чем мы начнем следующую эстафету, я надеюсь, вы знаете, как называются части тела. Ведь, чтобы понять, что болит, необходимо их знать. Сейчас мы это проверим.

**Участники:** 7 человек.

**Оборудование:** части тела 3 набора (7 штук на команду), 3 обруча, 3 доски.

**Ведущий:** первый участник берет 1 карточку с изображением части тела, добегают до доски, клеит этот орган (с помощью двухстороннего скотча) в то место, где он находится, обратно бежит, передает эстафету следующему участнику, задев его по плечу.

#### **5. «Скульптура Здоровья и спорта».**

**Участники:** все участники команд, воспитатель.

**Оборудование:** Картинка для примера сердце командой.

Нужно изобразить скульптуру «Здоровья и Спорта» в виде сердца, помогают воспитатели...

**Доктор:** Сегодня ребята, вы были очень: внимательными, активными, ловкими, правильно выполняли все задания. Молодцы! За это я вас угощу витаминами.  
*Раздает угощение.*