

МБДОУ детский сад № 56

# «Путешествие по тропе здоровья Супергероев»

Сценарий развлечения для детей разновозрастных групп с 5 до 7 лет:

Подготовили: инструктор по физической  
культуре Алтухова Л.С.,



г. Новочеркасск 2020 г.

**Цель:** Создание условий для здорового образа жизни через спортивные развлечения.

**Задачи:**

- Развивать двигательные умения и навыки: быстроту, силу, ловкость, глазомер;
- Развивать в детях потребность к физической культуре, интерес к спортивным играм и развлечениям, здоровому образу жизни;
- Воспитывать дружеские взаимоотношения и умение действовать сообща, по сигналу;

**Оборудование:** 4 самоката, 10 обручей, кольца по количеству детей для игр.упражнений в равновесии, 4 конуса,, полусферы для разметки, конверт с дидактическим заданием.

**Ход развлечения**

*(К детям в группы прилетает шарик, у которого на нитке письмо от Супергероя детям).* **Ведущий:** Здравствуйте ребята! Знаете, ли вы, что миру нужны настоящие герои и супергерои! Скажите ребята, а какими должны быть герои? Правильно! Сильными, ловкими, умными и отважными, здоровыми. Тогда самое время проверить есть ли все эти качества у вас. Помните, что у каждого супергероя своя суперсила? Как и супергерои мы все разные — кто-то обладает богатырской силой, а кто-то пронцательным умом. И чтобы стать ими сегодня я приглашаю вас отправиться в путешествие по тропинке здоровья спергероев.

*(Получив письмо, дети решают с воспитателями на чем они отправляются в путь. Место встречи всех групп на спортивной площадке.)*

**Ведущий:**

Сияет солнышко с утра, и мы готовились заранее.  
Ребята, начинать пора спортивные соревнования!

Внимание! Внимание! Первое задание для сепергероев!

**Загадки:**

Он — холодный, он — приятный,  
С ним дружу давно, ребята,  
Он водой польёт меня,  
Вырасту здоровым я! *(душ)*.  
Знаю, есть на свете чудо,  
Есть такое волшебство:

Поднесёшь под кран с водою –  
Вмиг смывает грязь оно! *(мыло)*.

Есть ещё у нас друзья,  
Позабить о них нельзя.  
Чтоб красиво улыбаться,  
Чаще надо нам встречаться!  
*(зубная щётка и паста)*.

Горяча и холодна,  
Я всегда тебе нужна.  
Позовёшь меня – бегу,  
От болезней берегу. *(вода)*.

**Ведущий:** Отлично, супергерои! Отгадали все загадки об очень полезных предметах для силы и здоровья!

Чтобы каждый стал смелей  
И хорошими делами помогал стране своей!  
У нас бассейны, стадионы,  
Забота Родины огромна.

**Ведущий:**

«Если хочешь быть здоровым  
И ни капли не хворать,  
Надо спортом заниматься:  
Бегать, прыгать и скакать!»

**Инструктор по ф.к.: Эстафета «Ловкие Супергерои»**

*(Команды змейкой преодолевают расстояние до финиша по ориентирам)*

**Инструктор по ф.к.: Эстафета «Не урони»** А сейчас я хочу проверить, какие вы сильные, ловкие, выносливые. Вы должны пройти все ориентиры с кольцом на голове до финиша, положить в корзину кольцо и вернуться в команду, передать эстафету. *(Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.)*

**Ведущий:**

Будем мы на радость маме  
С детства закаленными,  
Скоро вырастем и все  
Станем чемпионами!

**Инструктор по ф.к.: Эстафета «Веселый самокат»**

*(Команды по ориентирам на самокатах, кто быстрее добираться до финиша по ориентирам. Побеждает команда, которая быстрее достигнет финиша)*

**Инструктор по ф.к.: Эстафета «Путешествие в пещеру»**

*(Команды преодолевают подлезание из обруча в обруч. Какая команда выполнит быстрее и построится, та и побеждает)*

**Ведущий:** Внимание всем супергероям! А сейчас для команд такое задание. Все конверты открывают и задание выполняют.

### **Инструктор по ф.к.: Эстафета «Собери картинку супергероя»**

*(Дидактическая игра с разрезными картинками. Побеждает команда, которая быстрее соберет картинку)*

**Ведущий:** В награду за отличную работу всем волшебный напиток для суперсилы всем супергероям, который мы выпьем в группе. *(Дети получают фруктовый сок)*  
А для этого мы с вами отправляемся на конечную станцию «Здоровейка» нашего путешествия в группы, чтобы принять водные процедуры:

Солнце, воздух и вода

– Наши лучшие друзья.

С ними будем мы дружить,

Чтоб здоровыми нам быть