**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Курагинский детский сад №15**

**Сценарий проведения спортивного мероприятия с элементами геокешинга «Путешествие по стране здоровья»**

**Составил:** Зорин А.А инструктор по физической культуре МБДОУ Курагинский детский сад №15 п.г.т Курагино 2022 год.

**Место проведения:** территория МБДОУ.

**Время проведения:** 25.05.2022год с 8.10 утра до 11.00.

8.10-общая зарядка на улице для всех групп.

8.30-завтрак в группах.

9.00-показ видео роликов в группах о ЗОЖ и полезном питании, беседа.

10.00-сбор участников, весёлая разминка.

10.05-старт.

 Время спортивного праздника 50 минут.

**Участники:** инструктор по физической культуре Нагаева В.А. Младшие, средние, старшие группы. 8 групп. Воспитатели групп, специалисты ДОУ. Медсестра ДОУ.

**Цели:** пропагандировать и приобщать к здоровому образу жизни всех участников мероприятия через спортивно-познавательную игру.

**Задачи:** Развивать способность детей при помощи взрослых анализировать и оценивать состояние своего здоровья, проводя взаимосвязь между образом жизни и внутренним самоощущением;

Формировать желание и умение у воспитанников помогать своему организму вовремя недомогания;

Систематизировать знания по здоровому образу жизни, посредством увлекательной игры геокешинг (поиск сокровищ), главным сокровищем которой является само здоровье;

Совершенствовать физические качества: ловкость, быстроту, выносливость, силу, смелость.

**Подготовка:** Воспитателям групп провести беседы с воспитанниками ДОУ на тему; гигиена, бактерии, витамины, элементарные средства оказания первой помощи, питание «полезное – вредное». Виды спорта. Показ видеоролика о ЗОЖ.

**Оборудование**:

1. Спортивный инвентарь, конусы, корзины, обручи, мячи разного диаметра, бинты, маркеры, жетоны. Пластиковые продукты питания.
2. Подготовить таблички с названиями станций и разместить по станциям.
3. Карты маршрута движения по материку Здоровья, с указанием расположения станций 8 шт.
4. Подготовить дипломы по количеству групп для награждения.
5. Свежие фрукты.

**Формы организации:**

Мероприятие предполагает участие воспитанников всех возрастов (кроме ясельной группы) ДОУ. Дети получают задания, выполнение которых предполагает активную умственную деятельность, а также физические нагрузки, совершенствующие уже имеющиеся и вновь приобретенные навыки и умения. Участвуя в игре, дети закрепляют уже полученные знания, узнают новые сведения, обогащающие их представление о мире людей, нравственных ценностях, о важности своего физического и психологического здоровья и самочувствия окружающих, познают себя и свой организм. Но главное, воспитанники получают позитивные эмоции от выполненных заданий, от самих действий, своих достижений, и конечно от общения со сверстниками, малышами.

**Ход мероприятия:**

Сбор всех участников игры на площадке ДОУ.

1. Приветствие и представление команд;
2. Инструктаж по путешествию, представление организаторов и помощников, работающих на станциях;
3. Выдача маршрутных листов.

**10.05. В**.- Добрый день, дорогие друзья! Мы рады приветствовать вас на «Дне здоровья».

Познакомимся с нашими командами-участницами. Поприветствуем команды (группы)

На каждой из них вашу команду будут ожидать станционные распорядители с заданиями, соответствующими тематике станции. Путеводителем по стране вам будут служить маршрутные листы с указанной очередностью прохождения станций. Выдаются листы для изучения. Имейте в виду, что команде, нарушавшей дисциплину во время путешествия по стране Здоровья, жетон не выдаётся.

В добрый путь! Хорошего вам путешествия и новых необходимых для дальнейшей жизни знаний!

**Станций:**

1. **станция «Питание»**

Распорядители станции предлагают воспитанникам рассортировать продукты питания по двум наименованиям: «здоровое питание» и «нездоровое питание» (игрушки). Команды из предложенных продуктов выбирают и объясняют, чем полезен или не полезен продукт.

Вопросы:

Сколько раз в день человеку необходимо принимать пищу для полноценного питания? (4 раза);

Закончите фразу: «Завтрак съешь сам, обедом поделись с другом, а ужин …» (… отдай врагу);

 Чем вредны для организма сладости? (разрушают эмаль зубов; портят аппетит; от содержащихся в них углеводов человек полнеет);

Как правильно пережевывать пищу: проглатывать большими кусками, слегка измельчать зубами или тщательно пережевывать? (тщательно пережеванная пища продляет жизнь, т.к. измельченная и пропитанная, она легче переваривается в желудке);

Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**2 станция «Спортивная - эстафета»** Группа делиться на две команды. Задача парами поочерёдно, пробежать эстафету 60 метров, оббежать конусы вернуться и передать эстафету. Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**3 станция «Полоса препятствий»** Задача по очереди про прыгать на двух ногах через обручи дистанцию, как можно быстрей и без нарушений (заступ, сдвиг). Обручи среднего диаметра выкладываются «змейкой» Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**4 станция «Лечебная»** Одному из участников наносится «ранка» красным маркером на палец. Задача группы помочь перебинтовать и ответить на вопросы распорядителя станции.

Назвать простые лекарственные препараты и указать область их применения.

Варианты:

1.Йод - средство, дезинфицирующее поврежденные кожные покровы

2. Зеленка - средство, дезинфицирующее поврежденные слизистые покровы

3. Анальгин - обезболивающее

4. Аспирин - жаропонижающее

5. Парацетомол - жаропонижающее, при головной боли

6. Активированный уголь - при отравлениях, болях в желудке.

Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**5 станция «Скорая помощь»** Группа делиться на две команды, используя самокаты объехать конус и передать самокат следующему участнику. Задача сделать как можно быстрей. Используется 2 самоката.Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**6 станция «Переправа по грязной реке»** Из группы выбираются 2 пере правщика, их задача по очереди перевезти каждого ребёнка через «реку» используя обруч. И ответить на вопросы распорядителя станции;

1. Назовите болезни «грязных рук».

Правильный ответ: желудочно-кишечные заболевания, дизентерия, гепатит, аскаридоз, энтеробиоз.

2. Какие болезни таит в себе глоток воды из реки или озера?

Правильный ответ: дизентерия, холера, глистные заболевания, гепатит. Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**7 станция «Антибиотики»** Участники выступают в роли «антибиотиков» Задача как можно быстрей собрать и запереть «бактерии» (пластиковые шарики ярких цветов) в корзины. Шарики раскидывают на площадке с газоном. Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**8 станция «Витаминная»** Задача по очереди попасть в цель мячом. Даётся одна попытка. Мяч - это «витамин», цель - организм. Чем больше «витаминов», тем крепче «организм» Команда получает жетон и отправляется на следующую станцию.

**9 станция викторина «Знатоки спорта»**

**Распорядитель станции:** ребята, давайте проверим, насколько вы информированы в вопросах спорта и ЗОЖ. В жизни каждому полезны знания, а с ними спорт. И поэтому предложим вам спортивный наш кроссворд.

Какие виды спорта вы знаете? Ответы (футбол, хоккей, волейбол, борьба, бокс, гимнастика, плавание, фигурное катание, баскетбол, конькобежный спорт, горные лыжи).

**Загадки;**Его пинают, а он не плачет. Мяч.

Люди бегают по всему полю, пиная мяч ногами. (футбол).

Мяч попал в ворота. (гол).

Спортсмены красиво танцуют на льду. (фигурное катание).

Противники на ринге бьют друг друга в перчатках. (бокс).

Спортсмен должен закинуть мяч в корзину соперника. (баскетбол).

Люди бегают на льду, отбивая шайбу клюшкой. (хоккей).

**Финиш. Подведение итогов.**

Производится подсчет жетонов и награждение участников памятными грамотами, сладкими призами.

**ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ СЛОВО ОРГАНИЗАТОРОВ МЕРОПРИЯТИЯ.**

Наше путешествие подошло к концу. Надеемся, что вы, ребята, еще не раз захотите побывать в этой стране Здоровья, а может и переселитесь в неё жить. Пусть каждый ваш день будет наполнен здоровьем, радостью и полноценной жизнью.

Желаем вам расти, цвести,

Копить, и крепить здоровье.