

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение-детский сад №4 ст. Старовеличковской.

Конспект спортивной эстафеты  
«Путешествие в страну «Здоровья»  
старший дошкольный возраст.

Воспитатель: Панасовская Ирина  
Валерьевна

2023г.

**Цель:** Вызвать положительный эмоционально-психологический настрой и получить запас бодрости.

**Задачи:**

Воспитывать выносливость, умение преодолевать препятствия.

Развивать выдержку и внимание в играх эстафетах.

Учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу.

Сформировать устойчивые и доброжелательные отношения к здоровому образу жизни, через занятия физкультурой.

**Материалы и оборудование:** Обручи, мячи, мешки, палки гимнастические, массажные коврики, фишки, дуги, сундук, ключик.

**ХОД:**

Дети играют в мяч.

**Доктор:** Здравствуйте, ребята! Меня зовут доктор Пилюлькин.

Внимание, внимание!

Спешу вам сообщить

Сегодня в путешествие

Хочу вас пригласить.

За морями, за лесами,

Есть огромная страна,

Страной «Здоровья» зовется она.

(обращаясь к детям). Хотите побывать в этой стране?

Ответы детей.

**Доктор:** Чтобы добраться до Страны Здоровья нужно быть сильными, ловкими и дружными, прежде необходимо хорошо подготовиться и провести разминку.

**Музыкальная разминка:**

**Доктор:** А на чем мы с вами отправиться в сказочную страну вы сейчас узнаете, отгадав загадку.

На полу он тихонько лежит

И тепло моих ног сторожит.

Но отправиться может в полёт

Разноцветный ...

(Ковер-самолет)

Молодцы, отгадали загадку!

Отправляемся в полет.

**Основная часть.**

**Доктор:** Становитесь ребята на ковры – самолеты.

А чтобы в дороге нам было не скучно, выполняйте движения вместе со мной.

*(дети разуваятся, расходятся по своим массажным коврикам).*

Мы на коврике летим,

Во все стороны глядим,

Вправо, влево, вверх и вниз,

Посмотри и улыбнись.

Выше руки поднимай,

Вправо, влево покачай.

Вот так, еще раз,

Получается у нас!

**Доктор :** Вот мы и добрались до места назначения!

Собираем ковры- самолеты.

*(дети обуваются, собирают коврики)*

*Неожиданно появляется Простуда.*

**Простуда:** Я противная простуда и пришла я к вам оттуда.

*(начинает громко чихать и кашлять)*

Всех я кашлем заражу, всех я чихом награжу. Как подую я на вас, как закашляю сейчас. В волшебной стране Здоровья случилась большая беда, я все здоровье забрала в сундук и ключик спрятала.

**Доктор:** Ребята поможем вернуть здоровье жителям сказочной страны?

Ответы детей.

**Доктор:** Тогда вперед. Команды в одну шеренгу становись.

Команда 1: «Лучики»

Девиз: «Любим петь и рисовать, спортом заниматься, И советуем мы всем чаще улыбаться!»

Команда 2: «Звездочки»

Девиз: «Чтоб не знали сегодня усталости и доставили всем много радости».

**Доктор:** Начинаем первое испытание.

**Эстафета-1:** «Передай мяч».

**Эстафета-2:** «Змейка».

**Эстафета-3:** «Бег в мешках».

**Эстафета -4:** «Лучики».

**Эстафета-5:** «Переправа».

**Эстафета -6:** «Ключ здоровья».

**Доктор:** Ребята вот и нашли мы волшебный ключик.

*Появляется Простуда.*

**Простуда :**

Ох, спасибо, вам, ребята!

Помогли мне осознать,

Что здоровье свое надо

Ежедневно укреплять.

Не Простудой теперь буду,

Витаминкой буду я.

*Достаёт из сундука медали для каждого участника.*

**Доктор:** А теперь ребята нам пора возвращаться в детский сад!

*(дети разуваяются, расходятся по своим массажным коврикам).*

Мы на коврике летим,

Во все стороны глядим,

Вправо, влево, вверх и вниз,

Посмотри и улыбнись.

Выше руки поднимай,

Вправо, влево покачай.

Вот так, еще раз,

Получается у нас!

### **Рефлексия**

**Доктор:** - Вот мы и вернулись в детский сад.

Ребята, вам понравилось наше путешествие?

Где мы сегодня с вами побывали?

С чем вы легко справились?

Что показалось трудным?

Мне было очень интересно путешествовать с вами.

До свиданья ребята!