**«Летний поход»**

Спортивный праздник развлечений для средней и старшей группы на детской площадке.

**Цели**: закрепить умения и навыки, полученные в процессе воспитательно-образовательной деятельности по сохранению и укреплению собственного здоровья. Создать радостное настроение, вызвать эмоциональный подъем и получить новые впечатления.

**Оборудование:** парашют, полезные и вредные продукты, принадлежности для умывания, игрушки.

**Ход мероприятия**

**Ведущий:** Ребята, а вы готовы отправиться сегодня в поход?

**Дети:**Да!

**Ведущий:** Для этого вы должны быть в хорошей спортивной форме. Быть смелыми, ловкими и крепкими! А что для этого нужно?

Ответы детей.

**Ведущий:** Правильно! Делать зарядку, заниматься физкультурой, закаляться. А еще быть сообразительным. Ребята, вы любите загадки отгадывать? Тогда слушайте.

**Загадки.**

1.Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным

Заправляю я кроватку,

Быстро делаю…(зарядку)

2. Утром раньше поднимайся,

Прыгай, бегай, отжимайся.

Для здоровья, для порядка

Людям всем нужна….(зарядка)

3. Хочешь ты побить рекорд?

Так тебе поможет…(Спорт)

4. Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ:

Это мой … (велосипед)

5. Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несу меня не кони,

А блестящие …(коньки)

6. Чтоб большим спортсменом стать,

Нужно очень много знать.

Вам поможет здесь сноровка,

И, конечно, … (тренировка)

7. Не обижен, а надут,

Его по полю ведут.

А ударят –нипочем –

Не угнаться за … мячом

8. Этот конь не ест овса,

Вместо ног два колеса.

Сядь верхом, езжай на нем,

Только лучше правь рулем. (Велосипед)

9. Обе по снегу бегут,

Обе песенки поют,

Обе ленты на снегу

Оставляют на бегу. (лыжи)

10. Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -

Там идёт игра - ...(хоккей)

11.Что ярко светит, согревает,

Здоровья людям прибавляет? (Солнце)

12.Горяча и холодна,

Я тебе всегда нужна.

Позовешь меня – бегу,

От болезней берегу. (Вода)

13.Костяная спинка,

Жесткая щетинка:

С мятной пастой дружит

На усердно служит.    (Зубная щетка)

Ведущий детям предлагает превратиться в туристов и отправиться в поход.  *По пути появляются задания.*

**1.Привал. «Собери шишки»**

**Дети делятся на команды.**

Команды строятся в колонны. Перед каждой командой произвольно раскладываются 3 обруча – это « лунки» . Участник бежит с рюкзаком, кладет в каждую « лунку» шишку , после чего возвращается и передает следующему игроку и т. д

Ведущий предлагает двигаться дальше.

**2. Привал. «Это я, это я – это все мои друзья»**

(ведущий читает начало фразы, если зрители согласны с высказыванием, отвечают «Это – я, это – я, это все мои друзья!», если не согласны, высказывают протест, например хлопают в ладоши)

1.Кто ватагою веселой

Каждый день шагает в садик? (ответ)

2.Кто любит маме «помогать»,

По дому мусор рассыпать?(ответ)

3.Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?(ответ)

4.Кто из вас, из малышей,

Ходит грязный до ушей?(ответ)

5.Кто одежду «бережет»,

Под кровать ее кладет?(ответ)

6.Кто ложиться рано спать

В ботинках грязных на кровать?(ответ)

7.Кто любит в классе отвечать,

Аплодисменты получать?(ответ)

*Ведущий хвалит детей и предлагает идти дальше.*

**3. Привал. Игра «День-ночь» (с игровым парашютом).**

(Одна часть детей становится в круг, берут за ручки парашют, другая часть детей располагается за кругом. По команде «день» дети, стоящие в кругу поднимают парашют. По команде «ночь» дети опускают парашют. Кто не успел выскочить, тот выходит из игры). Игра повторяется.

Ведущий предлагает двигаться дальше.

**4.Привал. «Полезные продукты».**

**Ведущий:** Ребята, посмотрите, кто-то оставил на поляне корзину, а что же в ней? Ведущий достает по очереди предметы, показывает детям. Дети определяют ответами, полезные это продукты или вредные.

**Ведущий:** Молодцы, ребята, пора нам возвращаться.

(Все возвращаются на исходную позицию).

На площадке ведущий находит письмо.

**Ведущий:**  Ребята, я нашла письмо. Давайте посмотрим, что же в нем. Какое-то важное слово. А какое слово самое важное для каждого человека? Ну, конечно, это здоровье. Что такое здоровье…. (строчки о здоровье читает воспитатель)

Здоровье- это сила и ум…

Здоровье – это гармония…

Здоровье – это когда ты без труда поднимаешься на 4 этаж…

Здоровье- когда ты просыпаешься утром бодрым и веселым…

Здоровье- это когда ты без труда сделаешь любую работу…

Здоровье- это красота…

**Ведущий:** Ребята, если вы будете закаляться, умываться, есть овощи и фрукты, гулять на свежем воздухе, ходить в походы с родителями, то никакие микробы вам не страшны, вы будете самыми здоровыми , сильными и умными, а я для вас приготовила клад, это сок – будем сок пить и здоровыми расти…(Детям раздают сок).