

Государственное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 86
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
физическому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга

Методическая разработка
Сценарий спортивного развлечения на свежем воздухе
для детей средней группы
«Витаминный экспресс»: Марафон здоровья с Айболитом»

Составила: Кутузова Е.А., воспитатель

Санкт-Петербург

2026

Цель мероприятия: пройти «тропу здоровья», собрать «витамины силы» у животных и добраться до доктора Айболита.

Задачи мероприятия:

- **Образовательные:**
 - Закрепить знания детей о пользе витаминов и здорового образа жизни.
 - Познакомить с понятием «иммунитет» в доступной игровой форме.
 - Расширить словарный запас по теме (витамины, сила, зоркость, ловкость).
- **Развивающие:**
 - Развивать физические качества: меткость, координацию движений, глазомер, ловкость.
 - Способствовать развитию коммуникативных навыков и умения работать в команде.
 - Развивать познавательный интерес и стремление к преодолению трудностей.
- **Воспитательные:**
 - Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.
 - Формировать чувство ответственности и желание помогать другим.
 - Создать положительный эмоциональный настрой и атмосферу праздника.

Оборудование:

- Для этапа «Сила Льва»: фигура льва из фанеры; 3-5 пластиковых кеглей; мягкий мяч среднего размера; большая картонная «витамишка».



- Для этапа **«Зоркость Жирафа»**: фигура жирафа из фанеры с двумя отверстиями-мишенями (большим и маленьким); 3-4 мягких мешочка с песком («кочки»); вторая большая картонная «витаминка».



- Для этапа **«Ловкость Слона»**: фигура слона из фанеры; конус или палка, имитирующая хобот; 3-4 кольца для метания; третья большая картонная «витаминка».



- **Общие элементы:** корзина для сбора витаминок; аудиосистема с колонками для музыкального сопровождения; фонограммы: бодрый марш для входа, ритмичная музыка для активных этапов, торжественная мелодия для финала; костюм доктора Айболита (белый халат, шапочка) для педагога или артиста; настоящая корзина с фруктами (яблоки, бананы, апельсины) для угощения детей.

Предварительная работа:

1. **Беседы:** Проведение бесед о здоровье, пользе витаминов, правильном питании и важности занятий физкультурой.
2. **Чтение художественной литературы:** Чтение сказки К. И. Чуковского «Доктор Айболит»; знакомство со сказкой В. Сутеева «Яблоко».
3. **Просмотр познавательного материала:** Просмотр мультфильмов о здоровом образе жизни и гигиене.
4. **Дидактические игры:** Игра «Полезное — вредное» (сортировка продуктов), игра «Угадай витаминку по вкусу и цвету».
5. **Физкультурные занятия:** Отработка основных движений: бросание мяча вдаль и в цель, метание мешочков на дальность, набрасывание колец на предмет.
6. **Разучивание стихов и песен:** Разучивание коротких стихов о фруктах, овощах и спорте.

Предполагаемый результат:

- Дети получают положительный эмоциональный заряд от участия в командном соревновании.
- У них будет закреплено представление о необходимости заботиться, о своем здоровье, заниматься спортом и употреблять витамины.
- В ходе выполнения игровых заданий у воспитанников будут развиты физические качества: сила, ловкость, координация движений и глазомер.

- Также будет наблюдаться развитие коммуникативных навыков, умения действовать сообща и радоваться общим успехам.

Вводная часть

Место действия: площадка на улице (возможно проведение мероприятия в спортивном зале). Реквизит расставлен по маршруту следования.

Действующие лица:

- **Ведущий** (педагог-помощник Айболита).
- **Доктор Айболит** (педагог или приглашенный артист).
- **Дети** (участники марафона).

(Звучит бодрая, ритмичная музыка. Дети под марш заходят на площадку и строятся перед Ведущим).

Ведущий: Здравствуйте, юные путешественники! Здравствуйте, наши будущие чемпионы! Готовы ли вы сегодня отправиться в самое настоящее приключение? В путь, полный загадок, испытаний и, конечно же, здоровья!

(Ведущий показывает красивый конверт).

Ведущий: Смотрите, что я нашел! Это срочная телеграмма, и пришла она к нам из далекой жаркой Африки от нашего старого друга — доктора Айболита! *(зачитывает)* «Дорогие ребята! В нашей саванне созрел небывалый урожай волшебных витаминов. Мне нужна ваша помощь, чтобы доставить их в ваш детский сад. Путь будет непростым, но я верю в вашу силу, зоркость и ловкость. Ваш доктор Айболит».

Дети: Мы готовы помочь!

Ведущий: Тогда не будем терять ни минуты! Наш маршрут лежит через джунгли. На пути нас ждут испытания от самых сильных и мудрых жителей саванны. Ваша задача — пройти все испытания, собрать «витамишки» и доставить их мне. Справитесь?

Дети: Да!

Ведущий: В добрый путь! Наша первая остановка — у царя зверей!

Основная часть (Прохождение «тропы здоровья»)

Этап 1. «Сила Льва»

(Дети подходят к фигуре Льва. Ведущий несет пустую корзинку).

Ведущий: Вот и первый житель саванны — могучий Лев! Он самый сильный в этих краях. Лев готов поделиться с нами своей мощью и дать «Витамины Силы», но сначала он хочет убедиться, что мы достойны. Чтобы получить первую витаминку, нужно показать свою меткость. Лев приготовил для вас кегли. Ваша задача — сбить их мячом!

(Дети по очереди или в несколько попыток выполняют упражнение: бросают мяч, стараясь сбить кегли).

Ведущий: Вот это да! Вы показали настоящую силу и меткость! Лев очень доволен. *(поднимает с пола за фигурой Льва большую картонную «витаминку» и кладет ее в корзинку).* Первая витаминка у нас в корзинке! Становится тяжелее! А теперь — кто у нас следующий?

Этап 2. «Зоркость Жирафа»

(Дети перемещаются к фигуре Жирафа).

Ведущий: Смотрите, какой высокий! Это Жираф. Он такой стройный и высокий, потому что ест много витаминов. Жираф готов поделиться с нами «Витаминами Роста». Но чтобы их получить, нужно быть очень зоркими и внимательными. У Жирафа есть два отверстия: большое и маленькое. Ваша задача — попасть мешочком с песком в цель.

(Дети выполняют упражнение: бросают мягкие мешочки, стараясь попасть в отверстия на фигуре Жирафа).

Ведущий: Какие вы молодцы! Ни один мешочек не пролетел мимо! Вы очень внимательные! *(берет вторую «витаминку» за Жирафом).* Корзинка тяжелеет! Мы собрали уже две витаминки! Вперед, к последнему испытанию!

Этап 3. «Ловкость Слона»

(Дети подходят к фигуре Слона).

Ведущий: А вот и мудрый Слон! Он знает все секреты долголетия и крепкого здоровья. Слон приберег для нас самые важные "Витамины

Иммунитета". Чтобы их заслужить, нужно быть очень ловкими. Набросьте кольца на хобот Слона!

(Дети выполняют упражнение: набрасывают кольца на конус или палку, изображающую хобот).

Ведущий: Замечательно! Теперь нам не страшны никакие простуды! *(берет третью «витаминку» за Слоном).* Все три витаминки собраны! Мы справились со всеми испытаниями! Теперь нам нужно срочно доставить их доктору Айболиту!

Заключительная часть

(Дети вместе с Ведущим подходят к месту, где их ждет Доктор Айболит).

Ведущий: Доктор Айболит! Мы успешно прошли все испытания! Мы собрали для ребят из нашего детского сада все витамины!

Айболит: Здравствуйте, мои дорогие друзья! Я наблюдал за вашим марафоном из своей африканской хижины через волшебный бинокль. Я видел, какие вы сильные, зоркие и ловкие! Вы настоящие герои и мои лучшие помощники!

Вы так старались, что я решил сделать вам сюрприз. Я превращу эти воображаемые витаминки в самые настоящие и вкусные фрукты!

(Айболит делает вид, что колдует над корзинкой Ведущего, и незаметно меняет ее на корзину с настоящими фруктами).

Айболит: Вот так чудо! Теперь это не просто витаминки, а сочные апельсины и бананы! Пусть они придадут вам еще больше сил для новых игр и открытий. *(Отдает корзину с фруктами ведущему)*

Ведущий: Наш марафон здоровья подошел к концу. Спасибо вам за смелость и отличную работу!

Айболит: До свидания, ребята! Не забывайте про спорт и витамины!

Все вместе: До свидания!

(Звучит веселая музыка. Дети под аплодисменты получают фрукты и организованно покидают площадку)