Конспект развлечения по физической культуре «День здоровья» «Страна Здоровичков»

Составитель:
воспитатель МБДОУ № 8
«Аленький цветочек»
Миргородская Ю.А.

Цель:

- пропаганда здорового образа жизни
- повысить у детей интерес к физической культуре и здоровому образу жизни

Задачи:

- развивать двигательные навыки;
- развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;
- создать радостное эмоциональное настроение.
- приобщать к занятиям физкультурой и спортом;
- развивать морально – волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, умение взаимодействовать друг с другом, оказание взаимопомощи, поддержки в группе в решении основных задач в достижении общей цели;
- воспитывать у детей положительных эмоций от мероприятия.

Оборудование:

- мягкие игрушки – маленькие 2 шт.; большой Мишка- 1 шт.
- большая конфета – 2 шт.;
- обруч – 4 шт.;

Воспитатель :

Нынче праздник, важный день,
Встретить нам его не лень.
Здоровья день, день красоты,

Его все любят – я и ты.

Внимание! Внимание!

Спешу вам сообщить

Сегодня в путешествие

Хочу вас пригласить!

За морями, за лесами.

Есть огромная страна

Страною «Здоровья» зовется она.

(Обращаясь к детям). Ну что, хотите побывать в этой стране?

Дети: Да.

Воспитатель:

В путь дорогу собираемся

За здоровьем отправляемся.

Впереди препятствий много

Будет трудная дорога!

Чтоб ее преодолеть

Нам придется попотеть.

(Перестроение в колонну по одному.

Ходьба обычная друг за другом.

Ходьба, высоко поднимая колени)

Выше ноги поднимаем

Через камни мы шагаем.

(Ходьба по бревну)

Посмотрите, вот бревно!

Давным-давно нас ждет оно

К бревну мы подойдем

Быстро по нему пойдём.

(Ходьба с переходом на бег)

Сейчас быстрее мы пойдём

Затем к бегу перейдем.

(Бег «змейкой»)

Дружно весело бежали

И опять потом шагали

(Ходьба обычная друг за другом).

Воспитатель:

Ура! Мы добрались до Страны Здоровячков!

Ребята, скажите, вы хотите укрепить ваше здоровье? А занятия спортом укрепляют здоровье? А что вы умеете делать?

Дети:

— Я быстро бегаю.

— Я высоко прыгаю.

— Я метко метаю.

— Я умею высоко лазать и т. д.

Воспитатель:

Значит будем играть и здоровье укреплять.

Отгадайте вы секреты.

Я начну, а вы кончайте

Дружно хором отвечайте.

Чтоб здоровым, чистым быть

Нужно руки ... (с мылом мыть)

Здоровье в порядке

Спасибо... (зарядке)

Ежедневно закаляйся.

Водой холодной... (умывайся)

Не болеет только тот,

Кто здоров и любит ... (спорт)

Защититься от ангины

Нам помогут ... (витамины).

Мишутка, на нем теплый шарф.

Воспитатель:

С ним приключилась большая беда.
Мороженое ел он много всегда –
И вот какая картина:
Ко нему привязалась ангина.
И кашель, и насморк его одолели.

Воспитатель:

Да, плохи его дела. Он, наверное, не любит заниматься спортом и не делает по утрам зарядку. И даже не знает что такое зарядка! Дети, давайте покажем Мишутке, как мы делаем зарядку?

(Комплекс утренней гимнастики)

Эстафеты:

1. *«Угости конфеткой»* Эстафета с большими конфетами, перепрыгивать через препятствия-лавочку.

2. *«Поделись игрушкой»* Эстафета с мелкими игрушками, запрыгивая и выпрыгивая из обручей.

Воспитатель:

А сейчас, необычная игра, которая называется «Виды спорта» *(Ведущий называет вид спорта, дети показывают движения)*

Видов спорта много есть,
Даже всех не перечесть.
Будем мы сейчас играть,
Виды спорта называть.

Воспитатель:

А сейчас, ребята, нужно возвращаться в наш любимый детский сад и прощаться со Страной Здоровичков!

И так, встаём все в строй,

Строимся за мной!

Выше ноги поднимаем

Через камни мы шагаем.

(Ходьба по бревну)

Посмотрите, вот бревно!

Давным-давно нас ждет оно

К бревну мы подойдем

Быстро по нему пойдём.

(Ходьба с переходом на бег)

Сейчас быстрее мы пойдём
Затем к бегу перейдём.

(Бег «змейкой»)

Дружно весело бежали
И опять потом шагали

(Ходьба обычная друг за другом).

Вот мы и вернулись. На этом наше путешествие закончилось. Дружите со спортом и будьте здоровы!

Мы со спортом крепко дружим,
Спорт для всех нас, очень нужен,
Спорт – здоровье, спорт – игра.
Скажем спорту мы — УРА!