

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №58 № «Золушка» комбинированного вида г. Улан-Удэ
(МБОУ №58 «Золушка» г. Улан –Удэ)

Толстого ул., д.25 «А» г. Улан-Удэ, 670010
Тел/факс.8(3012)22-23-25, тел. 22-24-21, e-mail:dou58rb@mail.ru
<https://bur-58-zo.tvoyasadik.ru/>

Утверждаю:
Старший воспитатель МБОУ
Детский сад №58 «золушка»
----- Козлова В.А.

Развлечение в средней группе

«Путишествие в страну Здоровье»

Разработала: Носкова С.С.

г. Улан Удэ
2023

Цель: Воспитывать внимание, целеустремленность, воспитывать умение действовать в коллективе, чувство товарищества, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение дружить, уступать, быть добрыми, заботливыми, умение выполнять правила в играх.

Задачи:

1. Приобщать детей к здоровому образу жизни через двигательную активность.
2. Формировать двигательные умения и навыки; упражнять в выполнении основных видов движений через игровые задания, обучать игре в команде.
3. Развивать выдержку, ловкость, ориентировку в пространстве, смекалку, мышление.

Ход игры

- Здравствуйте ребята! Мы рады видеть вас в нашем спортивном зале. Ребята, а вы знаете, что такое спорт? Спорт – это занятия физическими упражнениями, тренировки, спортивные соревнования. А какие виды спорта вы знаете? Знаете? (волейбол, футбол, баскетбол, теннис, хоккей, легкая атлетика и др.) Наши спортсмены выступают на международных соревнованиях, олимпиадах защищая честь нашей страны. Надо быть умелым, ловким, быстрым, сильным, смелым. А вот на сколько вы ловкие, мы сегодня проверим.

Эстафета 1. Прыжки из обруча в обруч

У стартовой линии выстраиваются две команды по 3 человека. Напротив них на расстоянии 5 м стоят ориентиры. На пути каждой команды укладывают на землю по 4 обруча. По сигналу первые участники команд выполняют прыжки на двух ногах из обруча в обруч, оббегают ориентир и возвращаются обратно. Задание выполняют следующие игроки.

Эстафета 2. Пролезь через обруч

В этом задании пусть участвуют другие дети. У стартовой линии выстраиваются две команды по 3 человека. Напротив них на расстоянии 5 м стоят ориентиры. На пути каждой команды выставляют по 3 обруча. По сигналу первые участники команд выполняют пролезание через обручи, оббегают ориентир и возвращаются обратно. Затем задание выполняют следующие игроки.

Эстафета 3. «Собери мячи в корзину».

Первый участник бежит до ограничителя, за которым в корзине лежат все мячи, берет один мяч и возвращается к команде, кладет мяч в пустую корзину, затем бежит следующий участник. Так необходимо перенести все мячи из полной корзины в пустую.

Ведущий: Давайте немножко отдохнем! Загадки отгадывать умеете? Ну а сейчас и посмотрим! За правильно отгаданную загадку, я даю фишку.

1. Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит.

Чуть ударишь, сразу вскачь,

Ну, конечно – это ...

(Мяч)

2. То вприпрыжку, то вприсядку

Дети делают ...

(Зарядку)

3. Я его кручу рукой,

И на шею и ногой,

И на талию кручу,

И ронять я не хочу.

(Обруч)

4.Коль крепко дружишь ты со мной,
Настойчив в тренировках,
То будешь в холод, в дождь и зной
Выносливым и ловким.
(Спорт)

5.Чтобы быть здоровым с детства
И уж взрослым не хворать.
Нужно каждым утром ранним
упражнения прописать.
Нужно встать, присесть, нагнуться,
Вновь нагнуться, подтянуться.
Пробежаться вокруг дома.
Это всем из вас знакомо?
Будет всё у вас в порядке,
Если помнить о ...

(Зарядке)

Ведущий: Молодцы! Загадки вы все отгадали!

Если хочешь быть умелым
Ловким, быстрым, сильным, смелым,
Научись любить скакалки, мячик,
Обручи и палки!
Никогда не унывай!
Мячами в цели попадай!
Вот здоровья в чем секрет!
Будь здоров! Физкульт-Привет!

Массаж спины "Был у зайки огород"

Был у зайки огород (*поглаживание вдоль спины*)

Ровенькие грядки (*поперёк спины*).

Он зимой играл в снежки (*постучать кулаками по спине снизу вверх*)

Ну а летом в прятки (*пальцы по спине побежали снизу вверх и "спрятались" подмышки*)

А весной в огород зайка с радостью идет (*пальцы по спине "идут"*)

Он сначала все вскопает, все вскопает, все вскопает (*пощипывания*)

А потом все заровняет, заровняет, заровняет (*поглаживания, как будто ямки заравниваешь*)

Семена просеет ловко (*легкие быстрые постукивания всеми пальцами поочередно*)

И пойдет сажать морковку (*пальцы "пошли"*)

Ямка - семя, ямка - семя (*ущипнуть, пальцем семечку придавить*)

Закопает, заровняет (*опять поглаживания*)

И потом у зайки вновь вырастет его морковь (*пальцами пробежать и на макушке пальцы изображают ботву от морковки*).

Ведущий:

Славно вы повеселились,
Поиграли, порезвились,
А теперь пришла пора,
Расставаться, детвора.
Перед тем, как попрощаться
Я хочу вам пожелать:
Здоровья крепкого,

Почаще улыбаться,
И никогда не унывать!