ФИЛИАЛ № 1 «АЛЕНУШКА» МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
№ 23 г. ПЕНЗЫ «РОСИНОЧКА»

Развлечение ко Дню здоровья

в старшей группе

**«Эстафета здоровья»**

Составили:

воспитатели

старшей гр.

Рожкова Ю. А.

Романова Е.Г.

Пенза, 2017г.

**Цель:** содействовать охране и укреплению здоровья детей.

**Задачи:**

- развивать умение детей действовать в команде;

- развивать быстроту реакции, внимание, уверенность в себе, ловкость;

- закреплять умение ориентироваться в пространстве;

- воспитывать выдержку;

- повышать двигательную активность детей;

- формировать представление о традиционном празднике « День здоровья».

**Материалы и оборудование:** кегли - 10 шт.,

 скакалки – 4 шт.,

мешочки с песком – 2 шт.,

 мячи большого диаметра – 2 шт.,

 обручи – 6 шт.,

 контейнеры для малых мячей – 2 шт.,

 малые мячи (муляжи овощей) – 6 шт., атласные ленты двух цветов для повязывания на рукава детям;

 призы для награждения;

музыкальное сопровождение.

**Предварительная работа:** беседы о приближающемся празднике, об укреплении здоровья; разучивание стихов; украшение спортивной площадки шарами.

*Под веселую музыку дети старшего возраста на участке строятся в две команды, ведущие повязывают на рукава каждой команде ленту определенного цвета.*

 **Ведущий:** Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас праздник посвященный Дню здоровья. Мы проведем его в форме эстафеты. В наших состязаниях будут принимать участие команды «Здоровячки» и «Крепыши»! Оценивать команды будет честное и справедливое жюри. *(приветствуются команды и жюри).*

**Ведущий:** Дети, давайтевспомним, что нужно делать, чтобы быть здоровым!

**1 ребенок:** Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

**2 ребенок:** Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться –

На зарядку становиться!

**3 ребенок:** Чистить зубы, умываться

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

**4 ребенок:** Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молоко, продукты –

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

**5 ребенок:** На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одевайся по погоде!

**6 ребенок:** Вот вам добрые советы,

В них запрятаны секреты.

Чтоб здоровье сохранить –

Научись его ценить!

**Ведущий:** И здоровье и успех

Ждут, ребята, всех, всех, всех!

Чтоб расти и закаляться,

Нужно спортом заниматься.

Занимайтесь, детвора!

В добрый час! Физкульт – ура!

**Ведущий:** У нас сегодня будут не просто состязания,

Надо выполнять разные задания.

Ну а прежде чем играть,

Надо здоровый дух поднять!

**Разминка**

Каша – вкусная еда!

Это нам полезно? *(Да)*

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? *(Нет)*

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? *(Да)*

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? *(Нет)*

Щи – отличная еда!

Это нам полезно? *(Да)*

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? *(Да)*

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? *(Нет)*

Овощей растет гряда.

Овощи полезны? *(Да)*

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? *(Да)*

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? *(Да)*

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? *(Да)*

**«Пробеги – не задень»**

Из 10 кеглей ведущие делают две дорожки (расстояние между кеглями 50 см). Дети змейкой бегут между предметами, возвращаются и передают эстафету следующему в команде участнику.

*(Слово предоставляется жюри)*

**«Канатоходец»**

Ведущие выкладывают из скакалок две дорожки. В руках у игроков, стоящих первыми в колоннах, по мешочку с песком. По сигналу ведущего дети кладут мешочки на голову, руки в стороны и быстрым шагом передвигаются по скакалке. Дойдя до конца, берут мешочек в руки и бегом возвращаются в свою колонну, передают мешочек следующему игроку.

*(Слово предоставляется жюри)*

**«Перепрыгни – не задень»**

Используются так же лежащие скакалки из предыдущего упражнения. Первые игроки из команд встают сбоку от скакалок (шнура). По команде начинают выполнять прыжки на двух ногах через шнур справа и слева без пауз с продвижением вперед. Допрыгав до конца, бегом возвращаются обратно и передают эстафету.

*(Слово предоставляется жюри)*

**«Передача мяча в колонне»**

В руках у первых игроков по мячу большого диаметра. По команде ведущего дети передают мяч назад двумя руками над головой. Как только последний в колонне игрок получил мяч, он должен высоко поднять его над головой.

*(Слово предоставляется жюри)*

**«Посади и собери овощи»**

На расстоянии 5 – 7 метров от черты напротив каждой команды ведущие кладут по 3 небольших обруча (кружки – лунки). В руках у детей, стоящих впереди колонн, контейнеры с 3 муляжами овощей. По сигналу ведущего первые в колоннах бегут к лункам, сажают в каждую по овощу и возвращаются. Передают контейнер следующему игроку, тот бежит и собирает овощи и т. д. Если овощ выкатится, ребенок обязан вернуть ее на место.

 *(Слово предоставляется жюри)*

**«Лучистое солнышко»**

На расстоянии 3 – 5 метров от черты напротив каждой команды ведущие кладут по 1 желтому обручу. Всем детям в колонне ведущие раздают деревянные палочки (лучики). По команде ведущего дети бегут к обручам и кладут первые лучики. Бегом возвращаются обратно, передают эстафету. Лучики должны располагаться по всей окружности обруча.

 *(Слово предоставляется жюри, подведение итогов, награждение).*

**Ведущий:** Я гляжу без удивленья на веселых дошколят,

Олимпийские ребята нынче ходят в детский сад!

Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!

Помогают нам всегда солнце, воздух и вода!

Крепла чтоб мускулатура занимайтесь физкультурой!

До свиданья, детвора! Всем привет! Физкульт…ура!

*Используемая литература:*

1. Бабенкова Е. А., Параничева Т. М. «Подвижные игры на прогулке» М.: ТЦ Сфера, 2011г.
2. Новикова И. М. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» М.: Мозаика – Синтез, 2009 г.
3. Пензулаева Л. И. «Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе» М.: Мозаика – Синтез, 2012 г.