ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

«МЫ- МАЛЕНЬКИЕ ТУРИСТЫ»

СПОРТИВНО-МУЗЫКАЛЬНЫЙ ПРАЗДНИК

Старшая группа компенсирующей направленности

Воспитатель:

 Букашкина Е.Е.

Цель:

Повышение интереса к физической культуре и здоровому образу жизни детей.

Выявлять способности и интересы детей.

Учить не только получать радость от своих результатов, но и переживать за товарищей.

Учить бережно относиться к природе, беречь её.

Задачи:

1. Совершенствовать уровень физической подготовленности детей.
2. Прививать интерес к активному образу жизни.
3. Формировать волевые качества: целеустремленность, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и сопереживать.

Предварительная работа:

1. Распределение детей на команды.
2. Дать название командам.
3. Подготовить оборудование к празднику.

Воспитатель:

Чтобы быть умелыми,

Сильными и смелыми,

И с болезнями не знаться –

Дети:

Нужно спортом заниматься!

Воспитатель:

А ещё - скажу вам я –

Есть пословица одна:

«Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья»

Повторим:

«Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья»

Воспитатель:

Сегодня мы отправимся в лесное путешествие. На пути у нас будут препятствия, но мы должны их преодолеть. Нам встретятся лесные обитатели, вы никого не должны обидеть, но и себя в обиду не давайте! Только когда мы пройдём весь путь, вы станете сильнее, крепче, выносливее, смелее. А это и есть наше здоровье. Одеваем рюкзаки и отправляемся в поход.

Под музыку дети идут между пенёчками друг за другом змейкой. По команде воспитателя дети останавливаются и издают звуки на дыхании:

«Волки» - глиссандируют голосом на «у…у….у…у», крадутся на носочках.

«Скрип деревьев» - стоя переваливаются с ноги на ногу, «скрипят голосом», идут по тропе здоровья.

«Шелест листвы» - шуршат ладошками, идут по верёвочке через «болото».

«Бабочки» - дуют на висящих бабочек.

«Пещера» - продвигаются ползком под воротиками.

«Змея» - быстро садятся на пенечки, поджимая ноги, и произносят звук «ш……»

«Зайчики» - прыгают на двух ногах между пенёчками.

«Змея» - быстро садятся на пенечки, поджимая ноги, и произносят звук «ш……»

«Солнышко» - идут на пяточках.

«Дождик» - садятся на пенёчки, руками делают «крышу» - поют «кап-кап…»

Воспитатель:

Послушаем, как дятел долбит своим клювом по стволу дерева.

Дети слушают ритмический рисунок – по очереди повторяют его.

Воспитатель:

Посидели, отдохнули, пора в путь – дорогу собираться. Перед этим сделаем разминку.

 Делаем упражнения в положении «сидя на стуле» - по - показу.

Воспитатель:

Разделимся на две команды………

1 команда – «Пчёлки»

2 команда – «Муравьи»

Команда «пчёлок» уберёт свои пенёчки к окошечку, а команда «муравьишек» » уберёт свои пенёчки к стеночке.

Дети выходят на полянку и читают стихи:

1. Быстро плавает утёнок,

Лихо скачет лягушонок,

Медвежонок кувыркается –

Все сегодня спортом занимаются.

1. Еле тащится улитка,

А зайчишка мчится прытко,

Солнце в небе улыбается –

Все сегодня спортом занимаются.

1. Что для льва поднять две гири? –

 Подавай ему четыре,

В силе слон со львом тягается –

Все сегодня спортом занимаются.

1. Обезьяны гнутся ловко –

Вот что значит тренировка,

Птицы на ветках качаются –

Все сегодня спортом занимаются.

Песня «Лесная зарядка» (с движением)

 Воспитатель:

Сядем на пенёчки и посмотрим, кто быстрее соберёт костёр. Конкурс для капитанов команд.

Капитаны собирают костёр из досок (кто быстрее и правильнее). Воспитатель ставит бумажный султанчик посредине костра.

Воспитатель:

Давайте поможем раздуть огонь в костре (дети дуют на султанчики). Посидим, послушаем песню и отгадаем загадки.

Воспитатель вместе музыкальным руководителем поёт под гитару походную песню у костра.

Загадки загадывают дети:

1. В лесу у пня

Суета, беготня:

Народ рабочий

Весь день хлопочет.

Из лесного сора

Строит себе город.

1. Пушистая вата

Плывёт куда-то

Чем вата ниже –

Тем дождик ближе.

1. Не птица, а с крыльями,

Не пчела, а над цветами летает.

1. На зелёной ножке

Сидят белые горошки.

1. Поднялись ворота –

Всему миру красота,

Приказало солнце: «Стой!»,

Семицветный мост крутой.

Туча скрыла солнца свет,

Рухнул мост, а щепок нет.

Воспитатель:

 Пока мы загадки разгадывали, испеклась картошка. Долго её в руках не держите – обожжётесь.

Игра «Передай мячи по кругу, не задерживая в руках»

Выходит Медведь:

Я хозяин леса строгий,

Спать люблю зимой в берлоге,

И всю зиму на пролёт

Снится мне душистый мёд.

Страшно я могу реветь.

Кто, скажите я? ……..

Дети:

Медведь.

Медведь:

Меня ужалила пчела.

Я закричал: «Как ты могла?»

Пчела в ответ: «А как ты мог,

Сорвать любимый мой цветок?

Ведь он мне был уж-жасно нуж-жен:

Я берегла его на уж-жин».

Воспитатель:

Ссориться не хорошо. У нас все ребята дружные, никто никого не обижает, все друг другу помогают. Поможем ребята мишке и пчёлке помириться? Тогда давайте играть.

Подвижная игра: «Пчёлы и цветы»

Воспитатель:

Вот вы и показали, какие вы дружные, быстрые, внимательные. И мишку с пчёлкой помирили.

А сейчас посмотрим, какие вы сильные.

Проводится эстафета «Муравьишки» ( по командам)

Воспитатель:

Вот мы и у водоёма, через него надо перебраться по мостику, да ещё и пролезть в пещеру.

Дети проходят по тропе здоровья.

Воспитатель:

Молодцы! Вы справились с заданиями. По мостику вы ходить умеете, а как вы перейдёте через болото?

Эстафета «Две дощечки»

Воспитатель:

Через болото перебрались

И возле речки оказались.

Сидят рыбаки, стерегут поплавки.

Рыбак Андрей поймал 3-х окуней,

Рыбак Алексей поймал 4-х карасей.

Сколько рыб у реки поймали рыбаки?

Вот сейчас мы и посмотрим, сколько рыб наловят наши рыбаки.

Эстафета: «Рыбаки и рыбы» (кто кого перетянет). Рыбки встают в «ведёрко» - обруч.

Воспитатель:

Ну, ребята, вы меня сегодня порадовали и рыбы – то наловили сколько! И смелыми стали, и сильным и, а сейчас нам пора возвращаться домой и рассказать о своей силе, смелости, ловкости и здоровье.

Музыкально-ритмическая композиция «Мы едем»

Вручение медалей «Я-ТУРИСТ»