Физкультурное развлечение для детей старших и подготовительных групп.

**«Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»**

 Инструктор по физвоспитанию

 Храмайкова С. П.

Июль 2014г.

|  |
| --- |
|  |
| ***Задачи:***1. Закрепить навыки выполнения спортивных, циклических упражнений (бег, прыжки, ходьба, владение мячом).2. Закаливать детей на свежем воздухе.3. Вызывать положительный эмоциональный настрой, воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по состязаниям.4. Обучать управлению волевыми усилиями.***Ход развлечения:****Ярко украшенная флагами, ленточками, шарами спортивная площадка встречает гостей.**Инст-р*: Внимание, внимание! Приглашаю всех мальчишек и девчонок отправиться вместе с нами на веселые соревнования; предлагаю взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку, а заодно захватить терпение болельщика.*1 ребенок* : Чтобы в пути мы шагали быстрее, Просим музыку повеселее. Чтобы сильным, ловким быть,  Нужно с солнышком дружить,  Утром раньше всех вставать  И зарядку выполнять.*2 ребенок* : Все мы любим физкультуру,   Любим бегать и скакать.  Умываться тоже любим,  Любим песни петь, играть.***Разминка.****Ходьба выполняется под музыку М.Н. Протасова “Веселые шаги”.**1. Дети идут в колонне по одному, на носках (руки за голову) на пятках (руки на поясе).**2. Ходьба в полуприсяде, в полном приседе.**3. Медленный бег, бег “змейкой” или приставным шагом, прыжки на обеих ногах с продвижением вперед.**4. Ходьба с выполнением дыхательных упражнений “Мельница”**Инст-р*: Сияет солнышко с утра,  И мы готовимся заранее.  Ребята, начинать пора  Спортивные соревнования.*Вбегает клоун Бим (одет в халат врача, в ушах стетоскоп):**Клоун:* Подождите, подождите!  Ох, дети! Я еле-еле успел на ваш праздник  По полям, по лесам, по лугам я бежал  И два только слова шептал:  Детский сад, детский сад, детский сад!  И вот я здесь!  У вас ангина?*Дети*: Нет!!!*Клоун:* Скарлатина?*Дети*: Нет!!!*Клоун:* Холерина?*Дети*: Нет!!!*Клоун:* Аппендицит?*Дети*: Нет!!!*Клоун:* Малярия и бронхит?*Дети*: Нет, нет, нет!*Клоун:* Ох, какие вы здоровые дети! Вы только посмотрите!*Подходит и осматривает детей.* Все веселые, нет болезней никаких. В чем же ваш секрет?*3 ребенок:* Я открою всем секрет –  В мире нет рецепта лучше:  Будь со спортом не разлучен –  Проживешь тогда сто лет!  Вот, ребята, весь секрет.*Инст-р*: Приглашаем тебя, клоун Бим, на наши соревнования. Посмотри, какие у нас смелые, сильные и ловкие ребята.***Эстафета “Теремок”****Эстафету начинает первый участник, он двигается к финишу, где лежит обруч-теремок. Добежав, продевает обруч через себя, кладет его на место и бежит за следующим участником – “лягушкой”. Теперь они бегут к теремку вдвоем, взявшись за руки, и вдвоем пролезают в обруч. Затем то же с другими участниками. Важно рук не разрывать! Когда их окажется 7 (это “медведь”), шестеро надевают обруч и удерживают его на уровне пояса. “Медведь” берет обруч рукой и тянет вместе с участниками к старту.**Клоун:* Вижу – дружные ребята,  Друг за друга вы горой  Ну, а прыгать, как зайчата,  Не хотите ли со мной?***Подвижная игра «С кочки на кочку»*** *(прыжки из обруча в обруч)**Инст-р:*  Вот конверт, его принёс почтальон. Что же там? Ой, да здесь цветок. Вы знаете, как он называется?*Дети:* Ромашка.*Инст-р:*  А еще здесь какая-то записка. Оказывается, что эта не простая Ромашка, а с секретом. Каждый лепесток – волшебный, с загадками, которые нам предлагает отгадать цветок.*Инст-р зачитывает загадки.*Отгадайте-ка, ребятки, мои летние загадки! Яркое и доброе, светит всем в окошко. Мы попросим ласково: «Нас погрей немножко!» *(Солнце)* Для одних он – садовод, Для других он – полевод, Успевает везде быть, Поле, луг и сад полить.*(Дождь)* На большой цветной ковер села эскадрилья, То раскроет, то закроет расписные крылья.*(Бабочки)* Домовитая хозяйка Пролетает над лужайкой, Похлопочет над цветком – И поделится медком*. (Пчела)* Возле леса, на опушке, Украшая темный бор, Вырос пестрый, как Петрушка, Ядовитый… *(Мухомор)* Он и желтый, он и белый, Он и робкий, он и смелый. Только дунет ветерок, К облакам взлетит цветок. *(Одуванчик)**Инст-р:*  Молодцы, ребята! С заданием справились. А у нас новое испытание. ***Эстафета “Полоса препятствий”****1. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.* *2.Пролезание в обруч.* *3.Перешагивание через дуги (высота 50 см.).* *4.Прыжки через препятствия (3).* *Клоун:* Да, вы дружно тут скакали,  И наверное, устали,…  Не пора ли по домам  Иль в больницу к докторам?*Инст-р:*  Нет, ничуть мы не устали.  Для веселья, для порядка  Загадаю вам загадку:  На пол бросишь ты его –   Он подпрыгнет высоко,  Скучно не бывает с ним  Мы играть в него хотим.***Эстафета «Кто быстрее»*** *Прыжки на мячах «Хула-хуп» до флажка и обратно.**Клоун:* Ребята, я знаю, что у вас в детском саду есть бассейн.*Дети*: Да.*Клоун:* А вы любите купаться? А мы сейчас с вами поиграем в игру «Наполни бассейн водой»***Эстафета «Наполни бассейн водой»*** *Нужно заполнить свой «бассейн» (тазик) водой. Первый игрок бежит  с ложкой в руках до ёмкости с водой, набирает её и обратно осторожно переносит в свою ёмкость.**Инст-р:*  Ну вот, наш праздник подходит к концу.*Клоун:* Очень рад я:  Из ребят никто не болен,  Каждый весел и здоров Солнце, воздух, спорт, вода –  Наши лучшие друзья.  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

 |
|  |