# День здоровья в средней группе «Поскакали за здоровьем!»

**Задачи:** Способствовать совершенствованию приобретенных навыков физической культуры. Доставить детям радость.

**Оборудование:** Кубик с картинками: зайчик, мячик, репка, гном, гуси, лошадка. 2 мяча, детали костюмов, маски-шапочки к сказке «Репка» 2 набора, шапочка - волка.

Ход. **Инструктор:**

Все собрались?

Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись,

Не зевай и не ленись,

На разминку становись!

Дети выполняют музыкально-ритмические движения под песню к передачи «Мы идем играть»

**Инструктор:**

Внимание! А теперь - наш главный сюрприз!

(жест в сторону кубика, на гранях которого картинки: ***зайчик, мячик, репка, гном, гуси лошадка)***

Раз, два, три, четыре, пять.

Будем кубик мы бросать

В нем запрятаны секреты,

Вам их надо разгадать.

Кто хочет быть первым?

Пусть считалочка поможет нам выбрать первого:

Раз, два, три, четыре, пять -

Вот кто будет начинать!..

*Инструктор считалкой выбирают ребенка, который бросает кубик.*

*Дальше все идет в зависимости от того, какие картинки будут выпадать.*

*Картинку рассматривают и выполняют соответствующее задание.*

**Картинка Зайчик.**

**Инструктор:**

Вижу – дружные ребята,

Друг за друга вы горой.

Ну, а прыгать, как зайчата,

Не хотите ли со мной?

Дети двигаются как зайцы.

**Картинка - мячик**.

**Инструктор:**

На пол бросишь ты его – он подпрыгнет высоко,

Скучно не бывает с ним. Мы играть в него хотим.

**Игра «Гонка мячей»**
 *Дети и взрослые выстраиваются в колонки. Расстояние между игроками 2-3 шага. Капитаны имеют по одному мячу и стоят в начале колонны. По сигналу они передают сбоку мячи стоящим рядом, а те передают следующим. Последние игроки, получив мячи, бегут вперед своей колонны и так же начинают передавать мячи.*

*Эстафета продолжается до тех пор, пока первые не окажутся на своих исходных местах.*

**Картинка - репка.**

**Инструктор:**

Бабка за дедку, дедка за репку... Все знают эту сказку! Будем ходить, и бегать врассыпную. А когда я скажу "Репка!", надо стать друг за другом, как в сказке.

Посмотрите, в нашем огороде выросло сразу две репки.

Посмотрим, какая команда быстрее построится. Наряжайтесь, ребята!

Одевается две команды по семь человек (репка, дед, бабка, внучка, Жучка, кошка, мышка).

*Игра «Сказка о репке»*

**Картинка - гном.**

**Инструктор:**

Жил да был весёлый гном (дети поднимают руки над головой, изображая колпак)

С круглыми ушами. (описывают вокруг ушей большие круги)

Он на сахарной горе (локти на столе, руки прямо, ладони сложены так, чтобы образовался треугольник)

Спал под воротами. (пальцы изображают ворота.)

Вдруг откуда ни возьмись, Великан явился. (Руки высоко подняты над головой)

Скушать гору он хотел (движения, будто едим руками),

Только подавился! (Хватаем воздух ртом и надуваем щеки)

Ну, а что весёлый гном?

Так и спит глубоким сном! (Дети изображают спящего гнома)

*Ритмичные движения по показу «Весёлый гном"*

**Картинка - гуси.**

*Подвижная игра «Гуси-гуси»*

**Картинка лошадка.**

*Игра «Наездники»*

Стульчиков на один меньше чем играющих детей, звучит музыка, дети бегают по кругу, музыка останавливается надо «оседлать» стул.

**Инструктор**

Да, вы дружно тут скакали,

И наверное, устали,…

Не пора ли по домам.

Иль в больницу к докторам?

**Дети**

Солнце, воздух, спорт, вода –

Наши лучшие друзья.

Физкульт-ура, физкульт-ура!