

Конспект физкультурного развлечения «Поиграй с Медведем»

**Выполнила воспитатель МАДОУ ЦРР д/с № 40 средней группы
«Радуга»: Лифенко Г.В.**

Цель: Популяризация здорового образа жизни. Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в подвижных играх

Задачи:

Образовательные:

- закреплять навыки детей в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд.

Развивающие:

- развивать у детей координацию движений, ловкость и быстроту реакции;

- развивать у детей речь.

Воспитательные:

- воспитывать чувство симпатии к товарищам; умение играть вместе;

- воспитывать осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.

Материал к занятию: взрослый костюм медведя, зайца, обручи по количеству детей; игрушки медведя и зайца.

Ход развлечения:

Дети под музыку входят в спортивный зал.

Воспитатель: Ребята, мы сегодня пришли в зал, чтобы отметить «День здоровья». А на какое слово похоже слово «здоровье»? (ответы) Правильно на слово «здравствуйте», когда мы здороваемся, мы желаем друг другу здоровья. Давайте поздороваемся:

Здравствуй, правая рука,

Здравствуй, левая рука,

Здравствуй, друг, здравствуй, друг.

Вместе за руки возьмёмся

И друг другу улыбнемся. Здравствуйте.

Ребята, посмотрите мы с вами оказались в лесу, а так как в лесу живут животные, значит я стану животным – зайчиком. Ой, а кто это у нас тут сидит?

Медведь: Здравствуйте, девочки и мальчики! Мне сорока на хвосте принесла сегодня, что люди празднуют День Здоровья? А что такое здоровье я не знаю? Объясните мне, друзья! (дети отвечают). А я ничего такого не знаю и ничего не делаю.

Я немного толстоват,

Я немного косолап.

Но поверьте мне, ребята,

В этом я не виноват!

И я не знаю, что такое зарядка. Покажите мне, пожалуйста.

Ребенок 1:

Эй, Медведушка, вставай,
Для лап зарядку начинай
Лапы чтоб не уставали.
Чтоб зимой не замерзали.

Импровизированные упражнения на мышцы рук и ног (по показу детей) 2 минуты.

Каждый день, по утрам мы делаем зарядку:

Руки поднимай, руки опускай,

Приседай, приседай,

Прыгай и скачи.

Медведь: Ох-ох-ох! Я уже устал, ребята! Пойду, немного посплю. (Медведь засыпает)

Ребенок 2:

Мишка, мишка – лежебока,
Хватит спать, хватит спать
Мы хотим с тобою мишка,
Поиграть, поиграть

Подвижная игра «У медведя во бору» (2-3 раза),

Дети располагаются на одной стороне площадки. Медведь находится поодаль, он спит. Дети идут и произносят слова:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

Он на нас рычит.

После этих слов медведь просыпается и догоняет детей. Для усложнения можно заменить ходьбу другими движениями(прыгать на двух ногах, идти «лошадкам» и т.д.)

Медведь: Ох, косой, раз разбудил меня с ребятами, тогда пойдем со мной по лесу погуляем, да меду пособираем.

Дети сначала идут змейкой вокруг кустиков, а затем идут по бревну. Перед ними протекает ручей, через него надо перепрыгнуть (50–70 см). Затем появляется новое препятствие – «гора» (чередующийся шаг при подъеме на гимнастическую стенку). Звучит аудиозапись «Звуки леса».

Медведь: Ох, что – то, я совсем устал и дышать совсем не могу...

Заяц: Так, медведь, чтобы не устать, надо правильно дышать!

Медведь: Так я умею, ребята, давай вместе со мной дышать:

У медведя дом большой,

А у зайки маленький,

Мишка наш пошел домой.

Да и зайка маленький.

Заяц: Хорошо подышали, а теперь надо поиграть.

Элементы эстафеты «Кто быстрее»

Дети строятся в две колонны. Перед ними кладутся 4-5 обручей. По команде детей «Раз, два, три, начни!» первая пара прыгает на двух ногах как зайчики через обручи и останавливается за веревкой, положенной за обручами. Педагог отмечает. Кто из малышей первый выполнил задание, все остальные дети награждают их своими аплодисментами. Так все пары выполняют задание.

Медведь: Заяц, а почему ты со своими ребятами, такой сильный и крепкий.

Заяц: Да, это потому что, мы умеем делать себе самомассаж и восстанавливаться после игр.

Чтобы горло не болело,

Мы его погладим смело.

Чтоб не кашлять, не чихать,

Надо носик растирать.
Лоб мы тоже разотрем,
Ладонку держим козырьком.
«Вилку» пальчиками сделай,
Массируй ушки ты умело.
Знаем, знаем – да – да – да! –

Нам простуда не страшна!

Медведь: Ну, вы меня порадовали. Какие вы молодцы! За это я поиграю с вами в мою любимую игру, которая нравится моему другу-зайчику.

Подвижная игра (малой подвижности) «Догони» (2-3 минуты)

Дети стоят в кругу, им дается игрушка медведя. Они должны передавать его друг другу по кругу. Следом пускается игрушка Зайчика, которая передается в ту же сторону. Дети должны передавать игрушки так, чтобы одна из них догнала другую.

Медведь: Как мне весело с вами! И самое главное, я не понял, что нужно делать, чтобы быть здоровым?

Заяц: Так дети сейчас тебе еще раз объяснят.

Ребенок 3:

Чтоб расти и закаляться,

Надо спортом заниматься.

Во время ложись, вставай.

Режим дня ты соблюдай.

Ребенок 4:

Никогда не унываем.

И улыбка на лице.

Потому что принимаем

Витамины АВС.

Медведь: надо заниматься физкультурой, чтобы быть ловким и смелым, быстрым и выносливым! А вы, ребята, любите заниматься физкультурой? (да). Вот за это вас хвалю я. И витамины вам дарю! *(Дети под музыку уходят из зала).*

