

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребёнка - детский сад № 24

Физкультурный праздник «Капельки здоровья»

Для детей средней группы и их родителей

Инструктор по физической культуре
Иванова Н.Н.

2019г

Задачи:

- развивать двигательные умения;
- воспитывать интерес к занятиям физкультурой;
- способствовать формированию положительных эмоций в процессе совместной деятельности детей и родителей.

Оборудование: презентация; 3 надувных мяча, плоские обручи, мячи по количеству детей.

###

Инструктор: Вы, ребята, подтянитесь! Своей маме улыбнитесь!

Руки, ноги разминаем, с танца праздник начинаем!

Дети: Раз, два, три, четыре, пять — мы идем танцевать!

Дети и родители выполняют перестроение в звенья.

Общий танец по показу инструктора

«Добрый день»

На слайде появляется дедушка Гром, на землю падают капельки с изображением героев праздника.

Вас приветствую, друзья! Жить без спорта нам нельзя!

Капельки здоровья Вам привез в подарок я!

Раз, два, три, четыре, пять — будем дружно все играть,

В нем запрятаны секреты, Вам их надо разгадать.

Дальше все идет в зависимости от того, какие картинки появляются на экране.

Дети рассматривают капельку и выполняют соответствующее задание.

Капелька «Зайчик»

Вы – веселые ребята, друг за друга вы горой!

Ну, а прыгать, как зайчата, не хотите ли со мной?

Дети и родители располагаются на противоположных сторонах зала и выполняют прыжки с продвижением вперед. «Кто быстрее поменяется местами»

Капелька «Мяч»

Яркий, круглый и большой возьмите мяч мой надувной!

Родители, не стойте в сторонке! Помогите устроить гонки!

Участники выстраиваются в 3 колонны. В начале и конце колонны стоят взрослые.

Дети и родители передают большой надувной мяч сбоку от колонны. Когда мяч попадает к последнему игроку, передача начинается в обратном направлении. Повторить 2 – 3 раза.

Капелька «Белка»

Дети выполняют упражнения в парах с родителями.

Инструктор. Белки зайцев повстречали,

Стали в ладошки играть,

Громко хлопают в ладоши —

Раз-два-три-четыре-пять!

Дети и родители встают в пары, повернувшись лицом друг к другу, и играют в ладошки: хлопок перед собой, хлопок в ладоши партнера.

Раз, два! *Хлопки в ладоши.*

По коленкам. *Хлопки по коленям.*

Три, четыре! *Хлопки в ладоши.*

Повтори. *Хлопки по коленям.*

Пять, шесть! — приседай, *Четыре полуприседания, держась за руки.*

Куда хочешь, убегай! *Дети разбегаются, родители стоят на месте.*

Быстро в пару вставай и кружиться начинай!

Кружатся парами с родителями.

М. Картушина

Капелька «Бусы»

Музыкально-подвижная игра «Бусы»

Бусы на ниточку нанизали,
Чтоб не рассыпались, завязали.

*Дети строятся в круг вокруг
родителей с мячом в руках*

и выполняют приставные шаги вправо по кругу

Ну, а нитки порвались, Бусинки рассыпались.

*Дети опускаются на пол и выполняют
прокатывание мяча головой*

Мамы, не зевайте, быстро бусы собирайте!

*Мамы быстро берут мяч и
собираются в круг вокруг детей.*

Игру продолжают наоборот: теперь родители прокатывают мячи, а дети собираются в круг.

Капелька «Ежик»

Подвижная игра «Прятки с ежиком»

Под веселую музыку дети-«ежики» бегают врассыпную. Когда музыка останавливается, «ежики» должны свернуться в клубок и спрятаться от «волка» (сгруппироваться и сидеть неподвижно). Роль волка исполняет взрослый. Он ходит по залу и смотрит, кто из детей пошевелится.

Инструктор. Капельки здоровья помогли нам спортивнее стать! Весело было с вами играть! На прощанье хочу я вам пожелать:

Никогда без причины не унывать! Друг другу чаще улыбаться! Спортом вместе заниматься!

Под аудиозапись «Песенки об улыбке» (муз. В. Шаинского, сл. М. Плещинского) дети и родители исполняют танец.

От улыбки хмурый день светлей,
От улыбки в небе радуга проснется.

Дети и родители идут по кругу, держась за руки.

Поделись улыбкою своей, и она к тебе не раз еще вернется.

Идут в обратном направлении.

И тогда наверняка вдруг запляшут облака,

Покачивают над головой руками

И кузнечик запиликает на скрипке.

Имитируют игру на скрипке

С голубого ручейка начинается река,

Выполняют волнообразные движения руками перед собой.

Ну а дружба начинается с улыбки.

Хлопают в ладоши.

С голубого ручейка начинается река,

Выполняют волнообразные движения руками перед собой.

Ну а дружба начинается с улыбки.

Хлопают в ладоши.

От улыбки солнечной одной перестанет плакать самый грустный дождик,

Идут по кругу.

Сонный лес простится с тишиной и захлопает в зеленые ладоши.

Идут в обратном направлении.

И тогда наверняка вдруг запляшут облака,

Покачивают над головой руками.

И кузнечик запиликает на скрипке.

Имитируют игру на скрипке.

С голубого ручейка начинается река,

Выполняют волнообразные движения руками перед собой.

Ну а дружба начинается с улыбки.

Хлопают в ладоши.

С голубого ручейка начинается река,

Выполняют волнообразные движения руками перед собой.
Ну а дружба начинается с улыбки. *Хлопают в ладоши.*
От улыбки станет всем теплей
Сходятся к центру круга, держась за руки.
И слону, и даже маленькой улитке...
Расходятся из круга.
Так пускай повсюду на земле,
Сходятся к центру круга, держась за руки.
Словно лампочки, включаются улыбки!
Расходятся из круга.

Благодарю наших участников — детей и их замечательных родителей!
Инструктор. Ребята, хорошее настроение — это тоже залог здоровья, а что лучше всего поднимает настроение? Конечно, сладкая и вкусная конфета!
Наш праздник завершается, но мы грустить не будем,
Ведь спорт и физкультуру мы с вами очень любим!