Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «Средняя общеобразовательная школа №28»
Дошкольное отделение №1

«Василиса Премудрая в гостях у ребят»



Инструктор по физической культуре:
Тимерьянова М.Б.

п. Богородское

Цель:
Формировать интерес детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.
Задачи:
-вызвать у дошкольников положительный эмоциональный настрой.
- воспитывать взаимовыручку в команде, уважительное отношение к соперникам по играм, чувство уверенности в себе, дисциплинированность.
-совершенствовать двигательные способности детей и развивать двигательную активность детей;
Действующие лица: Василиса Премудрая.
Место проведения: спортивный зал
Участники: подготовительная к школе группа
Инвентарь:

Ход праздника

Дети выстраиваются в колонну по одному под музыку выходит Василиса Премудрая.

Василиса: здравствуйте, дети! Я – Василиса Премудрая, пришла к вам из сказки. За морями и лесами, царь Кощей спрятал сундук, закрыл его на 5 замков. В том сундуке спрятано то, что здоровью помогает и иммунитет наш укрепляет. Вы, хотите узнать, что спрятано в сундуке? *(Ответы детей.)* Тогда мы должны выполнить 5 трудных заданий, чтобы получить ключи и открыть сундук. Вы готовы к испытаниям? *(Ответы детей.)*.

Разминка

Тогда, вот вам загадка:
Лечит маленьких детей,
Лечит птичек и зверей,
Сквозь очки свои глядит
Добрый доктор… (Айболит)
А теперь ответьте мне, что нужно делать каждый день, чтобы быть здоровым? (ответы детей)
Становитесь – ка, ребятки, на веселую зарядку.

Музыкальная разминка "Веселая зарядка"

Василиса: Ребята разминка позади, давайте разделимся на команды и совершим необыкновенное путешествие по сказкам, нас ждут «Сказочные старты». Вам понадобятся находчивость, смекалка и, конечно, взаимовыручка. Та команда которая лучше будет справляться с задание будет получать ключ в конце нашего путешествия мы посчитаем сколько ключей вы добудете и получится ли у нас открыть заветный сундук.

Дети выстраиваются в 2 колонны по одному.

В этой, книге помещены все мои любимые сказки, и я никогда с ней не расстаюсь. А вы, ребята, любите сказки? Вот сейчас я и проверю, как вы их знаете. В моей волшебной книжке не только сказки, но и загадки про сказки есть.

Василиса берет книгу сказок, открывает, достает ключ и читает.

Задание 1
Бабка из муки в печи
Испекла не калачи,
Круглый он, румяный бок-
Это вкусный... (Колобок)

Эстафета «Колобок»

Команды должны, не уронив колобка из ложки добежать до ориентира и вернуться обратно. Чья команда быстрее справится с заданием та и выигрывает.
Василиса достаёт ***первый ключ*** *из книги знаний.*

Василиса: Вы замечательно справились с первым заданием и получаете ключ.

Задание 2
Василиса: Вы знаете девушку эту,
Она в старой сказке воспета. Работала, скромно жила,
Не видела ясного солнышка,
Вокруг — только грязь и зола.
А звали красавицу. (Золушка)
Чтобы получить второй ключ нам надо потрудиться как Золушка.

Эстафета «Золушка»
Перед командами на расстоянии нескольких метров врассыпную расставлены кегли красного и желтого цветов, задача участников команды взять кеглю своего цвета вернуться к своей команде и положить кеглю в обруч.

Василиса: какие вы ловкие и быстрые и прекрасно справился с поставленной задачей! Возьмите свой ключ.

Задание 3
Чтобы получить ***третий ключ***, вам надо станцевать.

Танец игра «Двигайся замри»

Задание 4
Ребята, чтоб получить ***четвертый ключ*** вам нужно отгадать очень сложную загадку
Есть у лошади сынок -
Удивительный конёк
По прозванью ...(Горбунок)

Эстафета «Конёк – горбунок»

Участник садится на фитбол (большой резиновый мяч) и перемещается до ориентира, берёт флажок и передаёт его следующему участнику. Следующий участник добирается до ориентира и кладёт флажок назад и т.д.

Василиса: замечательно у вас очень хорошо получилось!

Задание 5

Я летала на метле,
Пироги пекла в золе,
По избе кота гоняла
Да загадки сочиняла.
В гости к лешему сходила,
Все отгадки позабыла. Кто это? (Баба Яга)

Эстафета «Ступа»

Стоя в середине обруча, пробежать змейкой до ориентира, обежав её, вернуться к своей команде, передать обруч следующему игроку.

Василиса: ребята вы очень здорово постарались, вы были ловкими, быстрыми и дружными вот и последнее **пятое** задание выполнено. Прежде чем мы пойдем с вами искать сундук я предлагаю нам немного отдохнуть и поиграть.

Музыкальная игра «В этом зале все друзья»

Какая замечательная игра, она помогла нас сплотиться и показала, что сегодня проигравших нет,
Есть просто лучшие из лучших.
Пусть в каждом сердце дружбы свет,
Зажжет поступков добрых лучик.
Пойдемте открывать сундук.

Дети вместе с Василисой Премудрой проходят в сенсорную комнату, где в сухом бассейне спрятан сундук.

Василиса: вы прошли все испытания я знала, что вам это по силам. Открываем сундук, давайте мне ваши ключи.
Василиса открывает сундук, в котором лежат яблоки.
Ребята теперь вы знаете, что здоровью помогает и иммунитет наш укрепляет.
(Яблоки-витамины)
Теперь яблочки ваши, они укрепят ваш организм и помогут ему вам справляться с простудой, чтобы быть здоровыми и сильными нужно есть яблоки**.** Капитаны команд, я вручаю вам этот сундук-здоровья.

Передает сундук двум капитанам команд, которые держат его с двух сторон.

Василиса: что ж, мне пора возвращаться в свою сказку. До свидания, мои юные друзья! Успехов вам, крепкой дружбы, много радостных и незабываемых минут, а самое главное берегите свое здоровье. До свиданье, будьте здоровы!

Разминка "Веселая зарядка"

Движения выполняются согласно тексту песни

Что нам нужно для зарядки?
Врозь носки и вместе пятки.
Начинаем с пустяка:
Тянемся до потолка.

Не беда, что не достали -
Распрямились. Выше стали!
И стоим не "руки в брюки" -
Перед грудью ставим руки.

Чтоб за лень нас не ругали
Повторим рывки руками.
Эй, не горбиться, ребятки!
До конца своди лопатки.

Стой! Опора есть для ног?
Руку вверх, другую - в бок.
С упражнением знакомы?
Называется наклоны.

Вправо-влево повторяем,
Гнём себя и выпрямляем.
А теперь наклон вперёд.
Руки в стороны. И вот

Кажется, что вертится
Ветряная мельница.
Встали. Выдохнули: "Ох!"
Вдох и выдох. Снова - вдох.

Отдышались и все вместе
Мы попрыгаем на месте.
Тело силой зарядили -
Про улыбку не забыли.



