Конспект физкультурного развлечения .(средняя группа)

« В стране здоровья»

Цель : Формировать сознательное отношение к своему здоровью , воспитывать желание заботится о своем здоровье, вызывать у детей эмоциональный отклик в процессе развлечения, желание участвовать в нем.

Оборудование : сундучок с картинками, ребристая доска, обручи 10 шт, мячи хопы 3 шт, скамейка 3шт, тоннель 3шт, самокаты 3шт, маска кота.

Ход развлечения.

Ведущий : за морями за лесами есть огромная страна . страною здоровья зовется она! Ребята я приглашаю вас в путешествие.

Отправляемся вперед

Много нас открытий ждет

Мы шагаем друг за другом

Лесом и зеленым лугом( ходьба обычная)

Мостик в стороны качался

А под ним ручей смеялся

На носочках мы пойдем

На тот берег перейдем (ходьба на носках)

Друг за другом мы идем и к болоту подойдем.

Перейдем преграду в миг

И по кочкам прыг, прыг ,прыг. (прыжки из обруча в обруч)

Дальше, дальше мы шагаем

Черепаху мы встречаем

Руки на пол мы кладем

И тихонечко ползем(ползание на ладонях и коленях)

Мы шагаем, мы шагаем,

Руки выше поднимаем, голову не опускаем

Дышим ровно, глубоко.

Видишь как идти легко(поднимают руки вверх через стороны)

Инструктор : вот мы и попали в сказочную страну.

Инструктор : ой ребята посмотрите какой то сундучок волшебный стоит, давайте посмотрим что же там лежит(картинки с заданиями»)

Первое задание : Разминка под веселую музыку.

Второе задание: прыжки на мячах хопах.

Третье задание : катание на самокатах.

Четвертое задание : ползание в тоннели и ходьба по гимнастической скамейке.

Подвижная игра : « Кот и мыши » повт 3 раза.

Заключительная часть : Спокойная ходьба. Дыхательная гимнастика.(Алые цветочки)

Алые цветочки поднимаются (дети сидя поднимаются руки вверх)

Алые цветочки раскрываются (руки вверху разводят слегка в стороны)

Алые цветочки колыхаются (легкое покачивание в стороны)

Алые цветочки закрываются (опускаем руки сводим их крест накрест)

Алые цветочки опускаются (садимся)