



**МБДОУ детский сад «Алёнушка» с.Владимировка Ивнянского района  
Белгородской области.**

**Развлечение по физкультуре в старшей группе: «Мы сильные, мы  
дружные».**

Подготовила: воспитатель  
Лысенко Н.С.

2022г.

## Развлечение по физкультуре в старшей группе: «Мы сильные, мы дружные».

**Цель:** формирование представлений о здоровом образе жизни, повышение интереса к физической культуре, в игровой форме развитие основных физических качеств: силы; ловкости; быстроты; выносливости; воспитание целеустремленности, инициативности, доброты и взаимовыручки в команде.

**Оборудование:** обручи, макеты рыб, 2 ведра с картошкой, 2 деревянные ложки, калоши, 2 зонтика, кубики по количеству участников, 2 мяча большого диаметра, 2 теннисные ракетки, 2 теннисных шарика.

Ведущая: Здравствуйте, дорогие гости! Мы часто слышим «Будьте здоровы», «Не болейте», «Желаю здоровья».

Часто мы задумываемся о своем здоровье? Что мы делаем, чтобы быть здоровыми?

Я хочу с этими вопросами обратиться к нашим гостям (ведущая выслушивает ответы из зала).

Ответить на эти вопросы нам помогут и наши дети. Итак, начинаем.

Ведущая: Сегодня у нас в нашем зале большом,

Ходил почтальон с необычным письмом.

Измятый конверт, а на нем по линейке,

Написано четко от Неболейки.

Ребята, вам хочется узнать, что в нем написано? (читает письмо)

Здравствуйте дорогие дошколята! Дорогие ребята!

Пишет вам Неболейка. Я бы хотел задать вам несколько вопросов и получить на них ответ.

1. Для чего надо делать зарядку?

2. Полезно ли по утрам обтираться влажным полотенцем? Почему?

3. Что нужно делать, чтобы не болеть гриппом?

4. Можно ли целый день смотреть телевизор?

5. Нужно ли следить за чистотой своего тела и почему?

6. Знаете ли вы вещи, которыми может пользоваться один человек?

7. Что нужно сделать, если ты вспотел?

8. Когда собираешься на прогулку, на что надо обратить внимание? (Ответы детей).

Ведущая: Ой! К нам кто – то идет.

Дети: Это Матрешка и Петрушка.

Петрушка: Я, я первый!

Матрешка: Ну, это мы еще посмотрим!

Петрушка: Я, я самый смелый, ловкий и сильный.

Матрешка: Давай, догоняй.

Петрушка: Ой, устал, совсем выбился из сил.

Ведущая: Здравствуйте друзья. Куда вы торопитесь?

Петрушка и Матрешка: На праздник в детский сад!

Ведущая: Почему вы спорите, ругаетесь?

Петрушка: Матрешка говорит, что девочки самые спортивные, а я думаю, что мальчики.

Ведущая: А что же показали ваши соревнования?

Петрушка: Матрешка меня обогнала.

Ведущая: Расскажи, Петрушка, нам, чем ты занят по утрам? Часто ль делаешь зарядку, спортом занимаешься, водою закаляешься?

Петрушка: Нет, зарядку – то, ребята, я не делал никогда!

Закаляться? Страшно братцы, ведь холодная вода!

Может, средство есть такое, чтобы сильным, ловким стать,  
От других не отставать?

Матрешка: Есть такое средство, есть. Утром надо не валяться, физкультурой заниматься.

Бегать, прыгать и скакать, душ прохладный принимать,  
И конечно очень важно, чтоб зарядку делал каждый!

Ведущая: Правильно, Матрешка, физкультурой надо заниматься, чтобы быть какими? (спрашивает у ребят)

Ведущая: Итак, начнем соревнования между командой «Матрешки» и командой «Петрушки».

Я представляю вам жюри.

Все собрались?

Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Не зевай и не ленись,

На соревнования команды становись.

Равняйся.

К приветствию приготовиться.

Матрешки! Это мы! Все мы дружно, все мы вместе, мы всегда на первом месте.

Петрушки! Это мы! Будем биться, как один и тогда мы победим.

**Разминка.**

- все дышите, не дышите, все в порядке отдохните,
- вместе руки поднимите. Превосходно, опустите,
- наклонитесь, разомнитесь, встаньте прямо, улыбнитесь.

Превосходно выполнили разминку!

**1 – я эстафета «Рыболовы»**

**2 – я эстафета «Строим дом»**

**3 – я эстафета «Посадка и уборка картофеля»**

**4 – я эстафета «Гусеница»**

**Конкурс загадок.**

Ведущий. Я буду загадывать ребятам загадки про спорт и спортивный инвентарь, а вы отгадывать.

Кинешь в речку – не тонет,

Бьешь о стену – не стонет,

Будешь об пол кидать,

Станет кверху подлетать (**Мяч**)

Кто тот спортивный снаряд крутит,

Тот очень стройным будет (**Обруч**)

Каждый вечер я иду,  
Рисовать круги по льду,  
Только не карандашами,  
А блестящими... (**коньками**)

Два березовых коня,  
По снегам несут меня.  
Кони эти рыжи,  
А зовут их... (**лыжи**)

Ясным утром вдоль дороги,  
На траве блестит роса.

По дороге едут ноги,  
И бегут два колеса.

У загадки есть ответ,  
Это мой... (**велосипед**)

Зеленый луг,  
Сто скамеек вокруг,  
От ворот до ворот  
Бойко бегают народ (**Стадион**)

Эти фрукты не съедобны,  
Но огромны и удобны.

Их иной спортсмен часами  
Лупит сильно кулакам (**боксерские груши**)

Эстафета нелегка.

Жду команду для рывка (**Старт**)

В этом спорте игроки  
Все ловки и высоки  
Любят в мячик поиграть  
И в кольцо его загнать  
Мячик звонко бьет об пол  
Значит это... (**баскетбол**)

**5 – я эстафета «Спортивная»**

Поиграть бы не мешало.  
Посмотрю, что за народ,  
В этом садике живет!  
Вам вопрос хочу задать,  
Ваше дело – отвечать!  
Если вы со мной согласны,  
Отвечайте хором, братцы:

«Это я, это я, это все мои друзья!»

**Игра «Это я, это я, это все мои друзья».**

1. Спросим мы сейчас у всех: кто здесь любит пляску, смех?
2. Кто привык у вас к порядку, утром делает зарядку?
3. Кто из вас, скажите братцы, забывает умываться?

4. И ещё один вопрос, кто себе не моет нос?
5. Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?
6. Кто из вас скажите вслух, на занятиях ловит мух?
7. Кто из вас хочу я знать с прилежанием на пять?
8. Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?
9. Кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и весёлым?
10. Кто мороза не боится, на коньках летит как птица?
11. Кто из вас в трамвае тесном старикам уступит место?
12. Ну, а кто начнёт обед, с жвачки импортной, конфет?
13. Кто не любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны?
14. Кто поел и чистит зубки, ежедневно дважды в сутки?
15. Кто не чесан, не умыт, и всегда подолгу спит?
16. Кто умеет отдыхать, бегать, прыгать и скакать?
17. Кто из вас такой хороший загорать ходил в калошах
18. Кто из вас скажите прямо, любит папу, любит маму?

Ведущая. Ребята, а теперь попробуйте отгадать загадку:

2) Кто всю ночь по крыше бьет,  
Да постукивает,  
И бормочет, и поет,  
Убаюкивает? (Дождь)

**6 – я эстафета «Не промочи ноги».**

Ведущая: «Ой, ребята посмотрите, а наш Петрушка не разговаривает. Он, наверно промочил ноги и простудился. Давайте ему поможем вылечиться».

Объявляю конкурс «Полезные и вредные продукты»

Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться!  
В следующем конкурсе вам ребята нужно быть внимательными, если еда полезная отвечать «Да», если не полезная еда отвечать «Нет»

**Игра «Да» или «Нет».**

Каша вкусная еда  
Это нам полезно? (ДА)  
Лук зеленый иногда  
Нам полезен дети? (ДА)  
В луже грязная вода  
Нам полезна иногда? (НЕТ)  
Щи отличная еда? (ДА)  
Мухоморный суп всегда  
Это нам полезно? (НЕТ)  
Фрукты просто красота!  
Это нам полезно? (ДА)  
Грязных ягод иногда,  
Съесть полезно, детки (ДА)  
Овощей растет гряда.  
Овощи полезны? (ДА)  
Сок, компотик иногда

Нам полезны дети? (ДА)  
Съесть большой мешок конфет  
Это вредно, дети? (ДА)  
Лишь полезная еда.  
На столе у нас всегда.  
А раз полезная еда –  
Будем мы здоровы? (ДА).

#### Частушки.

Вам мальчишки и девчушки приготовили частушки.  
Слушайте внимательно,  
Мы поем старательно.  
Если наш совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
На неправильный совет  
Вы потопайте – нет, нет!  
Постоянно нужно есть,  
Для здоровья важно:  
Фрукты, овощи, омлет,  
Творог, простоквашу (дети хлопают)  
Не грызите лист капустный,  
Он совсем, совсем не вкусный.  
Лучше ешьте шоколад,  
Вафли, сахар, мармелад (дети топают)  
Зубы вы почистили  
И идите спать.  
Захватите булочку сладкую в кровать (дети топают)

1 -й ребенок.

Всем известно, всем понятно,  
Что здоровым быть приятно  
Только надо знать  
Как здоровым стать!

2 –й ребенок.

Чтоб зимою не хворать, надо закаляться,  
На песке загорать и в реке купаться  
Пусть морозко трещит, вьюга в поле кружит,  
Малыши – крепыши не боятся стужи!  
Молодцы у нас ребята, сильные, умелые,  
Дружные, веселые, быстрые и смелые!

Ведущая:

Очень рада я за вас сегодня и совет такой вам дам –  
Занимайтесь физкультурой по утрам и вечерам!  
А за праздник наш веселый я вас всех благодарю,  
Свой подарок витаминный на здоровье всем дарю!  
(Петрушка и Матрешка угощает детей яблоками).