День здоровья

 « На санках по горе крутой »

 Ход развлечения:

Ведущий: Здравствуйте, дети! Я вижу , что настроение у вас замечательно.

 Как хорошо, что сегодня мы собрались здесь вместе!

 Мы проведем интересное развлечение. Давайте выпрямим

 спины , расправим плечи, глубоко вдохнем свежесть зимнего

 дня ! Сейчас я загадаю вам загадки . Слушайте внимательно:

 Просыпаюсь утром рано

 Заправляю сам кроватку ,

 Быстро делаю….

 ( Ответ : зарядку.)

 На ледяной площадке крик ,

 К воротам рвется ученик.

 Кричат все : « Шайба ! Клюшка ! Бей !

 Веселая игра….

 ( Ответ : хоккей .)

 Два березовых коня

 По снегу несут меня .

 Кони эти рыжи

 И зовут их …..

 ( Ответ :лыжи.)

 Кто на льду меня догонит?

 Мы бежим вперегонки .

 А несут меня не кони,

 А блестящие ….

 ( Ответ : коньки .)

 Взял дубовых два бруска,

 Два железных полозка.

 На бруски набил я планки ,

 Дайте снег…..

 Готовы…….

 ( Ответ : санки.)

Ведущий : Молодцы , умеете отгадывать загадки . А теперь скажите ,

 любите ли вы путешествовать ? Тогда предлагаю

 отправиться в путь , на зимний стадион .

 Глазки закрывайте ,

 Немного помечтайте .

 Ветерок нас подхватил.

 И на стадион переместил!

 (Дети строятся друг за друга. Ведущий становится

 впереди. По его сигналу вся колонна шагом с

 притопом на полусогнутых ногах движется

 змейкой по участку.)

Ведущий : И вот наша дорога закончилась . Посмотрите , мы попали на

 зимний стадион .Как здесь красиво! Скажите , без чего

 зимы не бывает? Правильно , без снега . Давайте приду-

 маем много снежных слов .Я буду вам бросать снежок и

 задавать вопросы , а вы мне должны броском вернуть

 снежок , придумав снежное слово.

 ( Родители и дети встают в большой круг . Ведущий задает

 им вопросы.)

Одна – снежинка , а несколько …снежинок .

Снег, а ласково …снежок.

Комок из снега ….снежок.

Мальчик из снега … снеговик.

Девочка из снега … снегурочка.

Когда на землю падает много снега- это…снегопад.

Звездочка из снега… снежинка .

Кого можно слепить из снега … снежную бабу .

Ведущий: Много придумали слова, молодцы!

 Девочки и мальчики ,

 Мерзнут ваши пальчики,

 Стынут уши , зябнет нос,

 Видно за окном …

 Дети: Мороз.

 (Появляется Морозко.)

Морозко: Я Мороз, Красный нос,

 С белой бородою.

 Ущипну- так до слез!

 Не шути со мною.

 Для чего , почему

 Должен я сердиться ?

 Я пришел к вам , друзья,

 Чтобы веселиться!

 Здравствуйте , дети , здравствуйте, взрослые!

 Мне всего милее зимние деньки,

 Снежные аллеи, лыжи и коньки .

 Я знаю, что вы очень любите играть, и приготовил для

 вас много разных игр. Друзья мои , нам надо построить

 круг , а потом двигаться по нему. Будьте внимательны,

 вслушивайтесь в мои команды и главное – на месте в

 мороз не стойте.

Игра «Идем по кругу»

 Дети выстраиваются в круг и идут друг за другом. Потом Морозко

 громко произносит команды: «Побежали зайчики», «Идет волк через

 лес», « Пробежала лисичка, хвостиком виляя», «Идет мишка

 косолапый».

Игра «Бег по кругу»

 Дети и родители бегут вокруг санок ,по команде

 «Остановка!» садятся в сани. Чья пара сядет быстрее – тот

 и выиграл. Для игры понадобится несколько санок, которые

 располагаются по кругу на расстоянии 2 м. Игра повторяется

 2-3 раза.

Ведущий : А вот новая игра .На санях поедем быстро.

Морозко: В санки вы теперь садитесь и от старта быстро

 мчитесь.

Конкурс : « Подбрось-поймай!»

 Участники соревнований делятся на две команды .Определяются

 Места старта и финиша .Взрослые везут детей до финиша и

 Возвращаются назад. Сидящий на санях ребенок бросает над

 собой снежок в местах , где установлены флажки( 3-5 штук),

 и ловит его. Кто не уронил снежок –выиграл.

Игра « Кто кого перетянет?»

 На снегу чертится круг диаметром 1 м .Пара санок связывается крепкой веревкой ( длиной 3-4м ) и ставится на одинаковом расстоянии от круга .

 На один сани садится один участник игры, а на другие – его соперник. Держась руками за санки, они начинают упираться ногами в снег до тех пор, пока один из игроков не окажется в кругу, т.е. проиграет. Победитель- игрок , оставшийся за кругом .

Игра «Люби и саночки возить…»

 Игроки делятся на пары .Интересно , если их составят пары: папа – сын, мама – дочка . Две пары выстраиваются на старте : один игрок сидит на санках , другой – готовится его везти. По команде ведущего «Поехали!» пары « едут» до установленного места, разворачиваются и возвращаются. Затем игроки меняются местами и совершают еще один забег. Побеждает пара, которая вернется к линии старта первой.

Эстафета на санках

 На игровой площадке проводят две параллельные линии на расстоянии 30-40 м ( линии старта и финиша). Играющие делятся на 2-3 команды в зависимости от общего числа участников , которые выстраиваются колоннами с интервалом 1,5-2 м у линии старта . У каждой команды санки.

 По сигналу ведущего первые три игрока каждой каманды выходят на старт: один тянет санки, второй на них сидит, а третий подталкивает санки сзади. Они бегут до линии финиша, делают там разворот и возвращаются обратно, где происходит смена тройки играющих : кто вёз санки – становится в конец колоны , тот , кто сидел в санках, занимает его место. Тот , кто толкал санки , садится в санки , а следующий игрок колонны выходит для подталкивания саней.

 Эстафета продолжается до тех пор, пока все играющие примут в ней участие . Побеждает команда , пришедшая первой .

Морозко: А теперь предлагаю поиграть в игру « Я Мороз – Красный нос».

Игра « Я Мороз – Красный нос»

 Все дети встают друг за другом и берутся за руки. Первым стоит Морозка. Он медленно змейкой пробегает между санками , ведя за собой и детей , и взрослых . Участники игры стараются не разорвать цепочку и не наткнуться на предметы .

 Морозка : Минуты волшебные прошли, меня вьюги в дорогу зовут.

 Вас я старался сегодня развлечь.

 Прощайте, друзья , и до новых встреч!

 (Морозко уходит.)

Ведущий : Пришла пора и нам возвращаться в детский сад.

 Развлечение сегодня было очень интересным. Что

 вам понравилось ? Какая игра пришлась по душе?

 Кому вы расскажите о сегодняшнем празднике ?

 Что вам запомнилось больше всего? Не замерзли

 на морозе? А сейчас снова сядем на поезд и поедим

 в детский сад.