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.