

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 35 «Теремок» р.п. Приютово муниципального района
Белебеевский район Республики Башкортостан

Конспект развлечения
с воспитанниками старшей группы
«Путь к здоровью»

Подготовила
Инструктор по физической культуре
Батталова Лилия Саматовна

Цель: Повышать мотивацию к занятию и формировать привычку к
здоровому образу жизни, через обучение детей плавательным способностям.

Задачи:

Обучающие

- * Приобщать детей к здоровому образу жизни.
- * Способствовать закаливанию детского организма.
- * Продолжать закреплять умение принимать горизонтальное положение с опорой «лежа на груди».
- * Совершенствовать навыки всплывания и лежания на воде («звездочка», «поплавок»).
- * Закреплять умения плавать способом «кроль» на груди при помощи движений ног, с доской в руках.
- * Совершенствовать навыки погружения в воду с открыванием глаз.
- * Упражнять в скольжении на груди в положении «Стрела»

Развивающие Развивать физические качества: общую выносливость, координацию, ловкость.

Воспитательные Воспитывать нравственно-волевые черты характера, смелость, ловкость, дружеские отношения. Создать условия, благоприятные для эмоционального и физического комфорта детей, для проявления их творческих способностей и физических качеств.

Оборудование и инвентарь:

- аудиозапись
- тонущие игрушки, поплавки, обруч, плавательные доски, корригирующие дорожки.

Ход развлечения

Ведущий: Здравствуйте ребята!

Возьмите друг друга за руки, улыбнитесь и подарите друг другу хорошее настроение своей улыбкой.

«Что стоим мы без движенья начинаем упражненья»

(Разминка с музыкальным сопровождением)

Ведущий:

День здоровья начинаем –

Состязаться приглашаем.

Две команды тут сидят –

Друг на друга все глядят.

Вот «дельфины», вот «акулы»

И узнаем мы сейчас, кто сильнее среди вас.

Давайте, ребята, поприветствуем друг друга дружными аплодисментами.

Ведущий: ребята закалять свой организм надо постепенно. Мы знаем правило, которого следует придерживаться при закаливании. «Крепким стать нельзя мгновенно, закаляйся постепенно».

Я предлагаю вам отправиться по «Совместному пути к здоровью»

На этом пути нас ждет много интересного и мы научимся ,что нужно делать что бы быть здоровым ,сильным и смелым.

(дети принимают душ и проходят в бассейн по ребристым дорожкам).

Ведущий:

Чтобы нам не болеть и не простужаться, Мы зарядкой всегда Будем заниматься.

Проводится **музыкально-ритмическая гимнастика**

Упражнение на дыхание: «Ветерок»

Начинаются игры:

«**Лягушата**» (по 5-7 человек от каждой команды). Дети свободно располагаются в бассейне. По сигналу «щука» - подпрыгивают вверх, по команде «утка» - прячутся под воду.

«**Морские звёзды**» дети встают у бортика и по команде выполняют «звёздочку». Кто дольше пролежит под водой, тот и победил.

«**Быстрые кораблики**» дети берут кораблики, ставят их на воду и по команде «в путь» - дуют на воду, чтобы кораблик плыл вперёд до противоположного бортика.

«**Охотники и утки**» команды встают шеренгами напротив друг друга (3 метра). В руках у одной команды малые мячи – это «охотники». По сигналу они бросают мячи в «уток», которые должны спрятаться под воду. После чего «утки» берут мячи, теперь они становятся охотниками.

«**Водолазы**». У каждой команды – своё ведёрко на бортике, куда они складывают «жемчуг» (тонущие мячики). У кого окажется больше «жемчуга» - тот и победил.

Проводятся эстафеты:

«**Утки-нырки**» дети строятся в две команды с широко расставленными ногами, у первых большие мячи. По команде они наклоняются вперёд, **погружаются под воду с головой, передают мяч** следующим и сразу же **поворачиваются кругом. Последний, получив мяч, поворачивается кругом и** продолжает передавать мяч в обратном направлении. В чьей команде мяч быстрее вернётся к первому игроку, тот и победил.

«**Буксир**» дети разбиваются на пары и берут «буксир». Один держится за палку и ложится на воду, другой берётся за верёвку и тянет его к противоположному бортику, где они меняются ролями и возвращаются назад.

Ведущий: На этом наш праздник здоровья и спорта заканчивается,

На прощанье мой наказ –

Чтоб расти здоровыми, смелыми, толковыми –

Чтоб прогнать усталость, лень,

Ешьте фрукты каждый день!