**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ДЕТСКИЙ САД № 282 КРАСНОАРМЕЙСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»**

**(МОУ Детский сад № 282)**

**ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС, ПОСВЯЩЁННЫЙ ДНЮ ЗДОРОВЬЯ «ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ - БУДЬ!»**

**Номинация: «Восхождение по лестнице здоровья»**

**Тема: «За здоровьем в детский сад»**

(игровой тематический день

для детей старшего дошкольного возраста)

Авторы: Коробова Елена Ивановна, воспитатель,

Абдрашитова Эльза Рушановна, воспитатель

**Образовательная область:** «Физическое развитие»

**Интеграция: «**Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие»

**Цель:** создание условий и побуждение детей к творчеству в двигательной деятельности, воспитание здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи

**Задачи:** 1. Охрана и укрепление здоровья детей.

 2. Формировать жизненно необходимые двигательные навыки,

соответствующие индивидуальным способностям ребенка.

 3. Развивать любознательность, ловкость и координацию движений.

 4. Создать условия для реализации двигательной активности.

 5. Воспитать привычку и потребность в здоровом образе жизни.

 6. Обеспечить физическое и психическое благополучие.

**Предварительная работа**: беседы с детьми по данной теме, рассматривание иллюстраций о здоровье, о питании, о спорте, чтение художественной литературы, подвижные игры, игры с различными предметами, игры – эстафеты, настольно-печатные игры, дидактические игры по данной теме. Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Поликлиника», «Больница», «Магазин». Продуктивная деятельность: рисование, аппликация, лепка по теме «Здоровье и спорт»

**Материалы:**игровое оборудование для разминки и «маршрута здоровья», аудиозаписипесен: «Песенка Буратино» сл. Ю. Энтина, муз. А. Рыбникова, «Улыбка» сл. М. Пляцковского, муз. В. Шаинского, колыбельные; иллюстрации по данной тематике, алгоритмы к игре «Что сначала, что потом», дидактическая игра «Пирамида здоровья», сказка К.И. Чуковского «Мойдодыр», спортивное и игровое оборудование к развлечениям

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ**

**«ЗА ЗДОРОВЬЕМ В ДЕТСКИЙ САД»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Работа с детьми** |
| Утро | 1. Утреннее приветствие воспитателя группы детей и родителей
2. Разминка «Полоса препятствий»
3. Психогимнастика «Солнечные зайчики»
4. Музыкально – ритмическая гимнастика «Друзья Буратино»
5. Беседа «Уроки Мойдодыра»
6. Дидактическая игра «Что сначала, что потом»
7. Наблюдение за выполнением детьми культурно-гигиенических навыков
 |
| Первая половина дня | 1. Беседа «Витаминные продукты»
2. Дидактическая игра «Пирамида Здоровья»
3. Спортивное развлечение на прогулке «Волшебные превращения»***(Приложение № 1****)*
4. Релаксация перед сном «Волшебный сон»
 |
| Вторая половина дня | 1. Гимнастика после сна «Пробуждение солнышка»»
2. «Маршрут здоровья» (закаливающие процедуры после сна)
3. Чтение произведения К.И. Чуковского «Мойдодыр»
4. Развлечение «Советы доктора Айболита»

***(Приложение № 2)*** |

**Взаимодействие с родителями (законными представителями):**

1. Выставка специальной литературы по вопросам здоровья
2. Консультация с показом «Утренняя гимнастика на каждый день»
3. Консультация «Веселая неделька» (комплекс утренней гимнастики)

 **(*Приложение № 3)***

1. Папки-передвижки: «Зарядка с мамой», «О правильном питании», «Укрепляем осанку», «Все о плоскостопии»
2. Консультация «Что ест ваш ребенок?», «Диета для умниц», «Маша ела кашу»
3. Памятка для родителей «Физкультура в семье»

***Утро:***

**Утреннее приветствие.** Воспитатель встречает детей и родителей с пожеланием здоровья и хорошего настроения, с музыкальным сопровождением (звучит песня «Улыбка»).

**«Полоса препятствий»** (прежде, чем ребенок попадет в группу, он должен пройти через кубики, по веревке (боковым приставным шагом), прыгнуть из обруча в обруч).

**Психогимнастика «Солнечные зайчики»:**

*Цель:* учить детей быть спокойными, радостными, удовлетворенными.

*Описание:* Солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал по лицу, нежно погладьте его ладонями, на лбу, на носу, на ротике, на щеках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот – погладьте животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

**Музыкально-ритмическая гимнастика «Буратино»**

(«Песенка Буратино» из к/ф «Приключения Буратино» сл. Ю.Энтина, муз.

А. Рыбникова)

1. «Знакомимся с папой Карло» Ходьба по залу с поворотами головы

вправо – влево.

1. «Удивляемся, куда же мы попали» И.п. – стоя, ноги врозь, руки в

стороны – вниз. 1-2 – перейти на

левую ногу, плечи подтянуть вверх;

3-4 – и.п., 5-8 – в другую сторону.

1. «Позовём друзей» И.п. – то же. Взмахи руками, слегка

наклоняясь вперед.

1. «Мальвина пришла» И.п. – о.с.; 1-3 – поворот на носках

вправо, 4 - пружинка, 5-7 – и.п., то же

в другую сторону.

1. «Карабас в погоне» Бег широкими шагами по кругу.
2. «Буратино дразнится» И.п. – ноги врозь, пальцы рук

растопырены и прижаты е носу. Наклоняясь

влево-вправо, шевелить пальцами рук

 (дразнятся).

1. «Лиса Алиса» И.п. – ноги слегка расставлены в

полуприсяде, руки вытянуты вперед,

ладонями вниз, чуть согнуты в локтях.

Отведение таза влево-вправо, вращение

головой вправо-влево, хитро улыбаться.

1. «Лягушки» Прыжки в глубоком приседе с опорой на

 руки.

1. «Букварь Буратино» И.п. – сидя на полу, ноги вперёд; 1-2 –

 руки вверх – «букварь открыт»; 3-4 – наклон

 вперед, руками коснуться носков ног –

 «букварь закрыт».

**Беседа «Уроки Мойдодыра»:**

***Цель:*** подвести детей к выводу о значении чистоты и опрятности для здоровья. Развивать речь детей.

***Ход:*** Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье. Что такое здоровье? Для чего нам нужно быть здоровыми? Вы знаете, ведь каждый из нас может сам себе крепить здоровье. Что для этого нужно делать? Расскажите, как вы укрепляете своё здоровье и как? (Ответы детей).

(Беседа сопровождается показом иллюстраций по теме).

**Дидактическая игра «Что сначала, что потом»**

*Цель:* учить детей выполнять последовательно алгоритмы «Моем руки», «Правильно одеваемся и раздеваемся».

**Наблюдение за выполнением культурно-гигиенических навыков:**

*Цель:* совершенствовать овладение культурно-гигиеническими навыками.

Для чего мы умываемся?

Как делать это правильно?

Когда необходимо мыть руки?

Чем опасны грязные руки?

***Первая половина дня:***

**Беседа «Витаминные продукты»**

*Цель:* рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья, учить называть правильно витамины и в каких продуктах они содержатся.

*Ход:* - Как вы думаете, дети, почему мы иногда болеем? (ответы детей). Правильно, витамины нужны всем детям для укрепления здоровья. А вы, пробовали витамины? (Ответы детей). Витамины бывают не только в таблетках. Витамины содержатся в овощах, фруктах, и других продуктах. Поэтому, чтобы не болеть, необходимо есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д. А ещё есть витамины и в других продуктах: рыбе, мясе, молочных продуктах, яйцах, орехах, хлебе, в разных крупах (гречка, пшено, горох, рис), ягодах.

(Беседа сопровождается показом иллюстраций)

**Дидактическая игра «Пирамида Здоровья»**

*Цель:* учить детей правильно питаться, запоминать какие продукты должны быть в рационе детей.

**Спортивное развлечение (на прогулке): «Волшебные превращения»**

**(***Приложение № 1*)

**Релаксация перед сном «Волшебный сон»:**

Реснички опускаются…

Глазки закрываются…

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко… ровно… глубоко…

Наши руки отдыхают.

Ноги тоже отдыхают.

Отдыхают… Засыпают… (2 раза)

(Релаксация проходит под колыбельные песенки.)

***Вторая половина дня:***

**Гимнастика после сна «Пробуждение солнышка»:**

«Солнышко просыпается» - И.п. – лежа на спине поднять голову,

 повороты головы влево-вправо. (4 раза).

«Солнышко купается» - И.п. – то же. Обхватить руками колени,

 перекатываться с боку на бок. (4 раза).

«Солнечная зарядка» - И. п. – то же, руки вытянуть вверх над головой.

 Поднимать одновременно руки и ноги вверх – вперед.

 (4 раза).

«Солнце поднимается» - И.п. – лежа на животе, руки согнуты в локтях,

 приподняться на прямые руки, не отрывая ноги от

 кровати. (4 – 5 раз).

«Солнце высоко» - И.п. – сидя на коленях, упор руками спереди,

 приподняться на руки и прямые ноги. (4 раза).

«Я – большое солнышко» - И.п. – стоя на ногах возле кровати, поднять руки

 вверх через стороны, потянуться, встать на носочки.

 (4 раза).

**«Маршрут здоровья»:** (ходьба по шипованным дорожкам, по ребристой дорожке, по верёвочной дорожке, по коврикам с песком).

**Чтение произведения К.И.Чуковского «Мойдодыр»:**

*Цель:* учить детей эмоционально откликаться на содержание литературного произведения, побуждать детей договаривать слова по смыслу, развивать чувство рифмы.

**Развлечение «Советы доктора Айболита»**(*Приложение № 2)*

***ПРИЛОЖЕНИЕ № 1***

**«Волшебные превращения»**

**(спортивное развлечение для детей среднего возраста)**

*Образовательная Область:* «Физическое развитие»

*Интеграция*: «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие»

*Форма организации*: групповая

*Цель:* Повысить интерес к физической культуре. В игровой форме развивать основные качества – силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений, гибкость. Формировать мышечно-двигательные навыки, правильную осанку. Развивать творчество и выразительность движений

*Оборудование:* гимнастическая скамейка, мячи, обручи, канат, цилиндр, накидка, «волшебная палочка», угощение для детей

*Игровая мотивация:* «Волшебная палочка». Дети садятся на скамейку на площадке. Ведущий достает «волшебную» палочку, взмахивает ею, и превращения «начинаются»

**Ведущий:**Чики – чики – чикалочка!

 Игра – волшебная палочка,

 А моя палочка – превращалочка.

 Как только я её возьму,

 Всех вас в кого-то превращу.

 Когда-то были вы малышками,

 Стали большими ребятишками,

(*Построение в колонне по одному, обычная ходьба*.)

 Вот я палочкой взмахну

 Всех вас в поезд превращу.

*(Ходьба «поезд» с дыхательными упражнениями «Чух – Чух», «Ту – Ту».)*

- ходьба по скамейке (руки в стороны);

- в туннель (обручи);

- по узкой дорожке (ходьба по канату боковым приставным шагом).

**Ведущий:** А я полочкой взмахну,

Всех вас в ветер превращу.

(*Бег по кругу, руки вверх с круговыми движениями кистей.)*

 Распускайтесь, листья,

 Скоро будет лето,

 На коне рысистом

 Мчит весенний ветер.

*(Бег, высоко поднимая колени.)*

**Ведущий:** Ветер, стой, остановись,

 Палочке ты подчинись!

(*Ходьба с дыхательными упражнениями.)*

 Дуй потише, тише, тише,

 И совсем уже не слышно.

 А я палочкой взмахну,

 Всех в мячи вас превращу.

*(Игра «Мой веселый, звонкий мяч», самостоятельная работа с мячом: бросание об пол, бросание вверх, катание мяча друг другу, перебрасывание мяча друг другу.)*

**Ведущий:** Снова палочкой взмахну,

 В неваляшек превращу.

 Были ребятишками, стали неваляшками.

 Руки я кладу на пояс,

 Влево-вправо накланяюсь,

 Покачавшись, выпрямляюсь,

 Неваляшкой называюсь.

(*Стоя, ноги врозь, руки на пояс, наклоны в стороны.)*

**Ведущий:** А я палочкой взмахну,

 Всех в цветочки превращу.

(*Дыхательные упражнения с имитацией «распускаются цветы».)*

 Наши белые цветы

 Распускают лепестки.

 Ветерок чуть дышит,

 Лепестки колышет.

*(Упражнения на релаксацию.)*

**Ведущий:** Превращенья завершаются,

 Цветочки в деток превращаются.

**Ведущий:** Праздник веселый у нас завершается,

 Но превращенья еще не кончаются.

 Палочка волшебная, раз, два, три!

 Сладкий подарок всем подари!

*(Детям раздают угощения.)*

 Очень рада я за вас сегодня,

 И совет такой я дам –

 Занимайтесь физкультурой по утрам и вечерам!

 Будьте в дружбе с физкультурой дети.

 Воздух, спорт и витамины всем нужны на свете!

***ПРИЛОЖЕНИЕ № 2***

**«Советы доктора Айболита»**

**(сценарий развлечения для детей**

**старшего дошкольного возраста)**

*Образовательная Область:* «Физическое развитие»

*Интеграция:* «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»

*Форма организации*: групповая

*Задачи:* 1. Познакомить детей с Всемирным праздником «День здоровья»

2. Закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках и пользе здорового питания и витаминов

3. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, занятиям спортом

*Предварительна работа:*

- проведение бесед на темы: «Полезные и вредные привычки», «Что значит быть здоровым?», «Кто такие микробы?», «Витамины – защитники организма»;

- знакомство детей на физкультурных занятиях с разными видами спорта, беседа о его значении для человека;

- заучивание стихотворений, загадывание загадок по теме здоровья и спорта.

*Оборудование:* магнитофон, маски микробов, овощей, ореха, зубная щетка и паста, расческа, элементы костюма для доктора Айболита, медицинская коробочка, картинки с изображением полезных продуктов, содержащих витамины разных групп, гимнастические палки, кубики, корзины, скамейки, медали, воздушные шары для украшения зала.

(*Под музыку дети входят в зал, украшенный шарами)*

*Ведущий:* - Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День здоровья. Кто скажет, что значит «быть здоровым»?

Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться. А ещё не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше потанцуем!

*(Дети исполняют музыкально – ритмический танец «Божьи коровки»).*

*Ведущий*: Ребята, в гости к нам спешит

 Любимый доктор Айболит.

 Друзей здоровья нам покажет,

 О деле важном нам расскажет –

 Как быть сильным и отважным!

*Айболит:* Здравствуйте, дети и взрослые!

 Я – тот самый Айболит,

 Что всех излечит, исцелит.

 Но к вам приехал не затем,

 Чтоб ставить градусники всем.

 Тани, Маши, Пети, Вовы –

 Здесь, надеюсь, все здоровы?

*Дети:* Здоровы!

*Айболит*: Зубы чистите всегда?

*Дети:* Да!

*Айболит*: А мочалка и вода с вами часто дружат?

*Дети:* Да!

*Айболит:* Знать хочу еще ответ: а неряхи есть тут?

*Дети:* Нет!

*(Под музыку «Чунга – чанга» сл., Ю. Энтина, муз., В. Шаинского выбегают микробы.)*

*1 микроб*: Мы – микробы – весело живём.

 Мы – микробы – песенку поём.

 Мы – микробы – очень любим грязь.

 Мы – микробы – ненавидим вас.

*2 Микроб*: Всех, кто любит умываться,

 Сам умеет причесаться,

 Руки мыть и чистить зубы, -

 Мы не любим.

*3 Микроб*: А нерях, грязнуль, лентяев,

 Неумытых разгильдяев

 Очень любим, очень любим!

*Ведущий:* Что нам делать. Как нам быть?

 Кто нас сможет защитить?

*Айболит:* Не, волнуйтесь так, ребятки,

 Отгадайте вы волшебные загадки,

 А они же в тот же час

 Избавят от микробов вас.

*Дети:*

1. Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С пастой мятной дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка.)

1. Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам.

А зубы у меня длинней.

Чем у волков и медведей. (Расческа.)

1. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне –

Пусть отмоет руки мне. (Мыло.)

*(Дети отгадывают загадки, Айболит достает из медицинской коробочки картинки-отгадки.)*

*(Под медленную музыку в зал входит толстяк Обжора.)*

*Обжора:* Я – Обжора Робин-Бобин.

 Не могу пошевелиться,

 Не умею я трудиться,

 Тяжело мне и стоять,

 Всегда хочется мне спать.

 Только кушаю весь день.

 Много кушать мне не лень.

*Айболит:* Кушать много очень вредно –

 Шоколад и мармелад.

 Каждому из вас известно:

 Для организма – это яд!

*Обжора:* А не есть я не могу.

*Айболит:* Не волнуйся, помогу.

 Голодовку отменяем,

 Витамины принимаем.

*Обжора:* От таблеток сыт не будешь.

*Айболит:* Витамины находятся не в таблетках,

 А в продуктах питания, полезных для здоровья.

 О витамине «А» расскажет ловко

 Спелая морковка.

*Морковка:* И сладка я, и вкусна,

 Витамин во мне есть «А».

 Кто меня в друзья берет,

 Тот растет, растет, растет.

*Ведущий:* Ребята, кто знает, в каких еще продуктах есть витамин «А»?

*Дети:* В молоке, чесноке, рыбе, помидорах, зелени.

*Картошка:* А в картошкином лице

 Представлен витамин «С».

*Ведущий:* В каких еще продуктах есть витамин «С»?

*Дети:* В капусте, смородине, луке, землянике.

*Орех:* А во мне есть витамин «В».

 Всем давно известно, что орехи

 Вкусны и полезны.

 Кушай их до темноты.

*Ведущий:* Да, благодаря витамину «В» у нас улучшается зрение. А в каких еще продуктах он присутствует?

*Айболит:* Вы совершенно правы, дети. Но мы назвали не все витамины, потому что их очень много. А если их много, значит, и полезной пищи тоже много.

*Ведущий:* Видишь, Робин-Бобин, сколько съедобного назвали дети. Пища, в которой есть витамины, называется здоровой. Это значит, перечисленные продукты укрепляют наше здоровье. Но кроме здоровой пищи тебе нужно знать еще об одном.

*Ребенок:* Закаляться, спортом заниматься,

 Соблюдать режим дня, гулять

 На свежем воздухе, правильно

 Умываться и чистить зубы.

*Ребенок:* Нам лениться не годится

 Помните, ребятки,

 Даже звери, даже птицы

 Делают зарядку.

*Ведущий:* Делу – время, час – забаве.

 Команда первая - направо.

 Тут – вторая становись!

(*Ведущий организует спортивные соревнования.)*

«Передай мяч»: (Дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой.)

«Мачеха и Золушка»:(В каждой команде первый ребенок – «Мачеха» - берет корзину с кубиками, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – «золушке».Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде.)

«Трудовые муравьи»:(Первый участник команды берет гимнастическую палку, бежит до ориентира, обегает его, возвращается к команде и за ним за палку цепляется следующий игрок.В конце за нее должны держаться все члены команды.)

*Айболит:* Все команды хорошо играли,

 Все сразу здоровыми стал.

*Ведущий:* Вот настал момент прощания.

 Всем спасибо за внимание,

 За задор и звонкий смех,

 За огонь соревнованья,

 Обеспечивший успех.

*Айболит:* В мире нет рецепта лучше:

 Будь со спортом не разлучен.

 Проживешь ты до ста лет!

 Вот и весь секрет!

 Праздник завершать пора –

 Крикнем празднику: «Ура!»

*(Ведущий вручает всем памятные медали «День Здоровья».)*

***ПРИЛОЖЕНИЕ № 3***

***Консультация для родителей***

 В комплексе «Веселая неделька»» включены общеразвивающие пальчиковые упражнения. Их можно выполнять не только в детском саду, но и дома с родителями.

**Комплекс гимнастики на каждый день**

***Понедельник***

В понедельник в детский сад

Прискакали зайчики (*прыгают на двух ногах*)*.*

Полюбили крепко их

Девочки и мальчики (*обхватывают себя руками*).

Пригласили их плясать,

Дружно ножки выставлять (*по очереди выставляют ноги вперед*).

Присядь вправо (*поворачиваются вправо с приседанием, смотрят*

*назад*),

Присядь влево (*поворачиваются влево с приседанием, смотрят назад*),

А затем кружись ты смело (*кружатся*).

А ладошки у ребят, словно листики, шуршат (*трут ладони одна о*

*другую*).

***Вторник***

К нам во вторник прилетал

Аист длинноногий (*взмахивают руками вверх – вниз*).

По болоту он шагал,

Рыб, лягушек доставал (*ходьба на месте, высоко поднимая колени*),

Наклонялся, выпрямлялся (*наклоны вперед, руки назад*),

Вдаль смотрел на край болота (*смотрят вдаль, приставив руку к*

*голове, как козырек*).

И на нос. Ой! Где он? Вот он! (*смотрят на выставленный вперед*

*палец);*

*подводят палец к носу, не отрывая от него взгляда.*)

Аист полетел домой (*взмахивают руками вверх – вниз*),

Машем мы ему рукой (*машут одной рукой или одновременно двумя).*

***Среда***

В среду слон к нам приходил,

Топать ножками учил (*ходьба на месте*),

И наклоны выполнять (*наклоны вперед*),

И на цыпочках стоять (*поднимаются на носочки*).

Мы покрутим головой,

Словно хоботом, с тобой (*круговые повороты головой, смотрят вверх,*

*вправо, вниз, влево и в обратном порядке*).

В прятки мы играем,

Глазки закрываем, раз, два, три, четыре, пять!

Мы идём слона искать.

Пять, четыре, три, два, один!

Слон уходит в магазин (*плотно закрывают глаза пальцами рук,*

*считают до пяти и широко открывают глаза*).

***Четверг***

А в четверг к нам приходила

Хитрая лисичка (*ходьба на месте с имитацией мягких шагов лисицы*).

Показала хвостик рыжий,

Такой мягкий и пушистый (*туловище вправо и влево, старясь*

*смотреть как*

*можно дальше назад*).

Посидели, постояли,

Притаились, как лиса (*приседания*),

Мышку в норке поискали (*приседают и пальчиками разгребают*

*землю*).

Вот такие чудеса! (*встают и разводят руки в стороны, приподнимая*

*плечи*).

***Пятница***

Мишка в пятницу пришёл (*ходьба на месте с имитацией шагов*

*медведя*),

Он в лесу медок нашёл (*руки так, как будто дети держат перед собой*

*бочонок меда; приседание с поворот туловища вправо, влево*)

На высокой елке, где колкие иголки (*смотрят вверх – вниз; пальцы рук*

*раздвинуты – «иголки»*).

Мы у пчел медку попросим (*встряхивают кистями*).

На дворе настала осень (*тянутся*).

Скоро мишка ляжет спать (*медленно приседают*),

Будет лапу он сосать (*голову вправо – влево, руки над головой*).

Пчелы дали меду целую колоду (*хлопают в ладоши и прыгают на двух*

*ногах*).

***Суббота***

Мы в субботу пригласили (*взмахи руками к себе*)

Шустрых белок на обед (*повороты туловища вправо, влево*

*приседанием*).

Щей вкуснейших наварили (*обе кисти сжаты вместе, круговые*

*движения*

*обеими руками, туловище поворачивается вслед за руками*),

Наготовили котлет (*меняют местами ладони, лежащие одна на*

*другой*).

Белки в гости прискакали (*прыжки на месте*),

Посмотрели на столы (*широко открывают в глаза и крепко*

*зажмуривают их*),

В лес обратно убежали (*бег на месте*)

За орешками они (*постукивают кулаками один о другой*).

***Воскресенье***

В воскресенье выходной,

Мы идём гулять с тобой (*ходьба на месте*).

Смотрим вправо (*туловище вправо, смотрят назад*),

Смотрим влево (*туловище влево, смотрят назад*),

Ничего не узнаем (*разводят руками в стороны: удивляются*).

Вот забор, а за забором (*руки вытягивают перед собой, кисти ставят*

*вертикально, пальцы раздвигают – «иголки»*)

Ходит, лая, грозный пес (*обе руки одновременно переводят справа*

*налево,*

*глазами следят за руками*).

Вот корова замычала: «Му–у-у!» (*туловище вперед*).

Заработал паровоз: «Ду-ду-ду-у!» (*имитация движущегося поезда*),

А лошадка бьет копытцем,

Предлагает прокатиться (*руки на поясе, приподнимают и опускают*

*сначала*

*правую, а затем левую ногу*).

Мы на этой карусели

Прокатиться захотели (*произвольные круговые движения руками*).

**Библиография:**

1. Беззубцева Г.В., Ермошина А.М.

В дружбе со спортом: Конспекты занятий с детьми 5-7 лет в спортивном зале и сценарии спортивных праздников по мотивам детских сказок и мультфильмов. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003.

1. Волошина Л.Н

Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. – М.: АРКТИ, 2005.

1. Картушина М.Ю.

Праздники для детей 6-7 лет. Сценарии для ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2009.

1. Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ: из опыта работы/Авт. – сост. Моргунова О.Н. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005.
2. Шишина В.А., Мащенко М.В.

Какая физкультура нужна дошкольнику: Кн. для воспитателей дет.сада и родителей. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2000.

1. Бегуненко С.Н.

Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. День здоровья (сценарий развлечения для детей). Март, 2011.