

Физкультурный досуг «Есть у солнышка друзья»

Для детей старших групп.

Дети заходят в спортзал под весёлую музыку.

Вед: Здравствуйте , ребята!

Отчего так много света,

От чего нам так тепло.

Просто наступило лето,

На три месяца пришло!

Мы хотим, чтобы вы росли здоровыми, сильными, умными, красивыми. Помогут нам в этом наши лучшие друзья: солнце воздух и вода! Отгадайте загадку.

Доброе, хорошее, на людей глядит,

А людям на себя глядеть не велит

Правильно наш первый гость- Солнце.

Солнце:

Я солнышко лучистое,

Доброе, золотистое.

Рано-рано я встаю,

Всех детишек разбужу.

Просыпайтесь в спозаранку.

Будем делать мы зарядку.

Зарядка под музыку.

Солнце: вот какие молодцы

Повеселились от души

Ведущ.: Солнышко а мы тоже приготовили для тебя подарок –песню.

Солнышко: пора представить вам своих друзей. Отгадайте загадку:

Через нос проходит в грудь

И обратный держит путь.

Он не видимый, но всё же

Без него мы жить не можем..(Воздух)

Я и туча, и туман,

И ручей, и океан

И летаю и бегу,

Я и снегом быть могу...(Вода)

Ведущая: Правильно встречаем гостей.

Облако:

Я облако воздушное

Ветерку послушное,

Куда подует ветерок,

Туда я поверну свой бок.

Вода:

Водичка, водичка ,

Умой моё личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щёчки покраснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

Ведущий: Солнце воздух и вода – наши лучшие друзья. Они для нас приготовили интересные игры. Вы готовы играть? Игры начинаем.

Игры с солнцем. Игра» Загорай ., но не сгори».

(Дети становятся в круг, вокруг солнца. Оно называет разные части тела, которые они должны подставить солнцу, но как только солнышко захочет их коснуться они их прячут.)

Игра «Кто быстрее выложит солнце»

(Дети строятся в две команды у каждого в руках ленточка. Дети по очереди бегут к обручу и кладут туда ленту. Игра заканчивается когда все дети складу все ленточки-лучики в обруч)

Пауза песня « Веснушки»

Игры с облаком « Кто быстрее прокатится на облаке»

(Дети строятся в две колонны. Они по очереди прыгают до ориентира и возвращаются обратно. Передают эстафету)

Но сначала дыхательная гимнастика

Носиком дышу свободно,

Глубоко и тихо как угодно.

А теперь внимание:

Задержу дыхание. Раз, два, три воздух выпусти.

Игры с водой

Сначала сделаем массаж. Вы покажете, как вы умываетесь.

Игра « Перенеси водичку»

(Дети строятся в две колонны перед ними ведро с водой, нужно перенести к ориентиру в стакане в пустое ведро)

Ведущий: вот молодцы. Ребята , а вы любите с игрушками играть. Я сейчас вам загадаю загадки про игрушки , а вы попробуйте их отгадать.(**Загадки**)

А сейчас вам дети из подготовительной группы споют песню про свою игрушку.

Давайте все встанем в круг будем весело плясать и им вместе подпевать.

Песня « Бронислав»

Герои прощаются с гостями и уходят, на этом праздник заканчивается.