

Праздник на воде для детей старшего дошкольного возраста «День здоровья»

Цель: Популяризация здорового образа жизни и занятий плаванием.

Задачи:

1. Закрепить умение погружаться в воду с головой, открывание глаз в воде, умение нырять и доставать предметы со дна бассейна; скольжение на груди и на спине, движения ногами кролем, брассом.

2. Воспитывать чувство взаимопомощи, умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, умение соревноваться в эстафетах, болеть за свою команду

3. Воспитывать интерес к занятиям по плаванию

Инвентарь, оборудование:

Костюмы героев, плавательные доски, обручи, мячи, буквы.

Ход праздника.

Ведущий: Здравствуйте ребята и наши гости!

Сегодня мы собрались в нашем бассейне на праздник, посвященный Всемирному Дню Здоровья! А знаете ли вы кто такой здоровый человек? Что необходимо делать, чтобы не только сохранить, но и укреплять свое здоровье? (Ответы детей.) Правильно ребята. Раз вы такие умные, давайте продемонстрируем, как вы занимаетесь укреплением своего здоровья! Праздник начинаем, на планету Здоровья отправляемся за здоровьем!

В бассейн вбегают пираты, танцуют.

Пираты: А мы не пустим вас на планету Здоровье, пока вы не выполните наши задания. Знаете ли вы пословицы, поговорки, стихи о здоровье?

Дети: Рассказывают.

Пословицы и поговорки о здоровье. (Задание детям и гостям).

Здоровье за деньги не купишь;

Чистота – залог здоровья;

В здоровом теле – здоровый дух;

Береги здоровье смолоду;

Болен — лечись, а здоров — берегись;

Со спортом не дружишь — не раз о том потужишь;

Двигайся больше, проживёшь дольше;

Здоров — скачет, захворал — плачет.

Движение – это жизнь;

Здоровье в порядке – спасибо зарядке!

Стихи.

Получен от природы дар-

Не мяч и не воздушный шар.

Не глобус это. Не арбуз-здоровье.

Очень хрупкий груз.

Чтоб жизнь счастливую прожить,

Здоровье нужно сохранить.

Ведущий: Ну что же, ребята справились с заданиями пиратов поэтому по нашим условиям пиратам придется принимать участие в разминке.

Под музыку проводится разминка на суше и воде.

Пират: А вот и первое испытание для вас: необходимо навести порядок и достать со дна бассейна жемчужинку.

1. Упражнение «Торпеда». Плывут на груди, ноги работают кролем, в конце бассейна ныряют, достают предмет со дна, кладут в корзину, обратно плывут так же на груди.

Пират: А теперь проверим как вы умеете ориентироваться под водой

2. Упражнение «Мы ребята смелые»

Мы ребята смелые

Ловкие, умелые.

Если захотим-

В воду поглядим.

Пират поочередно показывает в воде мячи разного цвета, ребята ныряют в воду, смотрят, выныривают и называют цвет мяча.

Пират: С обручем быстро вперед вы плывите,

Смелость и ловкость свою покажите!

В обруч ныряем и ловко плывем,

Обруч другому передаем!

3. Упражнение «Пролезай и уплывай». Первые игроки в колоннах ныряют в обруч, лежащий на воде, выныривают с другой стороны, перекладывают обруч дальше на длину своих рук (не перемещаясь, опять ныряют, выплывают и так до противоположного бортика бассейна. Вернуться бегом.

Пират: И снова задание ребята для вас,

С донесением нужно проплыть вам сейчас.

С доской быстро и ловко плывем,

Букву капитану передаем.

4. Упражнение «С донесением вплавь». Плыть, работая ногами брассом на спине до противоположного бортика, взять букву и возвратиться ногами брассом на груди. Отдать букву капитану. Он составляет слово.

Пират: Молодцы, юные пловцы. Вы умеете не только плавать, но и читать. А теперь проверим насколько вы дружны.

5. Упражнение «Парад кораблей». Дети сцепившись руками за нудолсы плывут двойками, тройками.

Пират: Ну хорошо, вы еще и дружны. Проверю ка я ваших капитанов

6. Упражнение «Винт». Ребенок скользит к противоположному бортику одновременно делая повороты с груди на спину и обратно.

Пират: Быстрые, ловкие, смелые, умные, а может вы еще и внимательные?

Игра «Это я, это я, это все мои друзья!». Я читаю стихи, а вы продолжают: если в стихотворении говорится про вас, то хором отвечайте: «Это я, это я, это все мои друзья!». А если нет – молчите!

Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?

Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?

Кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым?

Кто согласно распорядку выполняет физзарядку?

Пират: Вот закончились все испытания. Убедили вы меня, что умеете вы укреплять свое здоровье, поэтому отпускаю я вас на планету Здоровья, но прежде ждут вас награды за ваше старание.

Дети: Всем известно, всем понятно.

Что здоровым быть приятно.
Только надо знать,
Как здоровым стать.
Вручаются фрукты и сюрпризы.
Ведущий: Мы заканчиваем встречу
До свидания, друзья!
На прощание всем желаем
Быть здоровыми всегда!