

МБДОУ «Александровский детский сад «Ягодка»

**День здоровья
в разновозрастной группе
среднего дошкольного возраста**

«Широкая масленица!»



Дата проведения: 15.03.2024 г.
Место проведения: музыкальный зал
Подготовила и провела: воспитатель
МБДОУ «Александровский
детский сад «Ягодка»
Видякина И.И.
Корякова Т.Д.

Цель: продолжать знакомить детей с природным календарем, с русскими народными играми. Закреплять умение использовать скользящий при ходьбе шаг на лыжах, развивать координацию движений. Формировать навыки управления своей деятельностью, развивать фантазию и умение импровизировать по ходу игры. Воспитывать у детей ловкость, смелость.

Предварительная работа: разучивание с детьми русских народных потешек, разгадывание загадок, закличек, хороводов.

Материал: чучело игрового персонажа Масленицы, лыжи, канат, кегли, лошади, игрушки: лиса, заяц.

Ход дня здоровья

Воспитатель. Вот и закончилась зима. Много веселых затей она нам дарила: снежные горки, коньки, снежки. В феврале, последнем месяце зимы, или в начале марта в первом месяце весны, издавна устраивались на Руси народные гуляния. Назывался этот праздник – Масленица. В эти дни угощали всех блинами. Просили у родных и знакомых прощения за нанесенные обиды и принимались за песни и пляски. Ребята, ну-ка вспомните, не обидели ли вы кого-нибудь, помиритесь да обнимитесь, а то не получится у нас настоящего праздника. Встречайте, вот наша Масленица!

Воспитатель. Идет Масленица дорогая,
Наша гостьюшка годовая.
На кониках вороных,
На саночках расписных!

Масленица. Здравствуйте ребята! Я Масленица! А где же солнце ясное? Давайте, ребята, вместе играть, солнышко ясное в гости к нам звать!

(Дети произносят народную потешку, иллюстрируя ее движениями)

- Солнышко, появись, красное обрядись! (поднимают руки вверх)

-Поскорей, не робей, нас, ребят, обогрей! (прыгают и хлопают в ладоши)

Масленица. А теперь собирайтесь, на гулянье отправляйтесь!

1-я эстафета «Разрывные цепи»

(Играющие делятся на две команды, встают друг напротив друга и берутся за руки. Из одной цепочки выбегает игрок и пытается порвать цепь другой команды. Существует несколько разных присказок к этой игре. ... Одна линия приближается к первой, все игроки хором приговаривают: - Бояре, мы к вам пришли, отходит назад со словами: «Молодые, мы к вам пришли». и останавливается. ... Если у него получилось порвать цепочку, он забирает в свою команду одного из двух игроков, расцепивших руки и игра начинается сначала. Игру команды начинают по очереди. Побеждает так команда, в которой через заданное в начале игры время будет больше игроков).

Масленица. Ай, да Молодцы! А сейчас послушайте загадки.

На снегу две полосы,
Удивились две лисы.
Подошла одна поближе:
Здесь бежали чьи-то...

Дети. (Ответы детей).

Масленица. Молодцы! Слушаем вторую загадку.

Два берёзовых коня
По снегам несут меня

Кони эти рыжи,
И зовут их...

Дети. (Ответы детей).

Масленица.

Деревянные гонцы,
Словно братья-близнецы!
На лыжне вдвоём всегда,
Друг без друга никуда...

Дети. (Ответы детей).

Масленица.

Две новые,
кленовые Подошвы двухметровые.
В них поставил две ноги —
И по большим снегам беги...

Дети. (Ответы детей).

Масленица.

С горки я лечу стрелой,
Резвы кони подо мной.
Две полоски на снегу
Оставляют на бегу...

Дети. (Ответы детей).

Масленица. Молодцы ребята! Как хорошо вы умеете отгадывать загадки. А сейчас я вам предлагаю следующую эстафету на лыжах.

2-я эстафета «Эстафета на лыжах»

(Эстафета начинается по сигналу воспитателя. Первые игроки надевают на ноги лыжи без помощи палок и скользят на обеих лыжах по инерции, затем передают лыжи следующему игроку).

Масленица. Молодцы ребята! И с этой эстафетой вы справились отлично!

Воспитатель. К нам сегодня ещё пришли гости. *(Заносит игрушечную лису и зайца).*

Лиса и Заяц. Мы пришли потренироваться, у нас в лесу соревнования, вот мы и поспорили, кто самый сильный, быстрый, ловкий... Помогите решить наш спор.

Воспитатель. Ребята, поможем?

Дети. (Ответы детей)

Лиса и Заяц. Ну тогда вставайте вместе с нами.

3-я эстафета «Лиса и заяц» *(дети в кругу передают зайца и лису. Лиса должна догнать зайца.)*

Масленица. Ребята, а вы знаете, что раньше на Руси в поисках развлечений люди стремились в города, где проводились петушинные бои. А сейчас мы с вами проведем петушинный бой, но прежде чем провезти нам нужно провести дыхательную гимнастику.

(Дети встают в круг и повторяют за Масленицей).

Крыльями взмахнул петух- дети машут руками.

Всех он разбудил он вдруг-встать прямо, ноги врозь, руки опустить, поднять руки в стороны, а затем хлопать ими по бедрам.

Глубоко через нос сделать вдох, а при выдохе через рот произнести «ку-ка-ре-ку»(5-6 раз).

Масленица. А вот теперь пора провести эстафету «Петушинный бой».

4-я эстафета «Петушиный бой»

(Участники делятся на пары и встают друг от друга на расстоянии 3—5 шагов. Пары изображают дерущихся петухов: прыгая на одной ноге, они стараются толкнуть друг друга плечом с обруча. Тот, кто потерял равновесие и вышел из обруча двумя ногами, выходит из игры. Дети перед началом игры договариваются, как они будут держать руки: на поясе, за спиной, скрестно перед грудью или руками держать колено согнутой ноги).

Масленица. Разумеется, в масленичном катании велика роль коня. Конь с древнейших времен у всех народов служил символом солнца, и круговые катания на лошадях под звон бубенцов. В древности «конские ристалища» (когда-то на Руси так назывались скачки на лошадях) воспринимались, по-видимому, тоже как один из способов разбудить землю, передать ей энергию и горячность всадников, надеясь этим «спровоцировать», ускорить приход весны. Хотите поскакать на лошадях?

Дети. (Ответы детей).

5-я эстафета «Скачка на лошадях» (Эстафета начинается по сигналу воспитателя. Первые игроки должны перевезти на лошадях всех участников, вернувшись обратно перевозит следующего игрока).

Воспитатель. Ребята, Масленица — это озорное и весёлое прощание с зимой и встреча весны, несущей оживление в природе и солнечное тепло. Люди испокон веков воспринимали весну, как начало новой жизни и почитали Солнце, дающее жизнь и силы всему живому. В честь солнца сначала пекли пресные лепёшки, а когда научились готовить заквасное тесто, стали печь блины. Блин в старину считали символом солнца, поскольку он, как и солнце, жёлтый, круглый и горячий, и верили, что вместе с блином они съедают частичку его тепла и могущества. С тех пор, блины - обязательное угощение на масленицу, ставшее необходимым атрибутом весеннего праздника. В народе каждый день масленицы имеет свое название.

Понедельник — встреча. К этому дню достраивались горы, качели, балаганы. Те, кто побогаче, начинали печь блины. Первый блин отдавался нищим на помин усопших.

Вторник — заигрыши. С утра молодые люди приглашались кататься с гор, поесть блинов.

Среда — лакомки. В этот день зять приходил «к теще на блины». Кроме зятя теща приглашала и других гостей.

Четверг — широкий разгул. С этого дня Масленица разворачивалась во всю ширь. Народ предавался всевозможным потехам: ледяным горам, балаганам, качелям, катаниям на лошадях, карнавалам, кулачным боям, шумным пирушкам.

Пятница — тещины вечерки. Зятя приглашали в гости своих тещ, угощали их блинами.

Суббота — золовкины посиделки. Молодые невестки приглашали в гости к себе золовок.

Последний день Масленицы — прощёное **воскресенье**. Все просят друг у друга прощения, кланяются в ноги, а в ответ слышат: «Бог простит, и я прощаю».

В традиционном быту всегда считалось, что человек, проведший масленичную неделю плохо и скучно, будет неудачлив в течение всего года.

Масленица. И последняя наша эстафета «Перетягивание каната». Вот канат. Перетяни, силу ловкость прояви! Побеждает та команда, которая перетянет противоположную команду на свою сторону.

6-я эстафета «Перетягивание каната»

Воспитатель. Ай да, зимушка – зима!
Зима славная была!
Но пришла пора проститься,
Да с весною подружиться!
Масленицу провожаем,
Весну красну встречаем!

- А какая же Масленица без блинов горячих да румяных! А ну-ка, дети, вставайте в круг. Напечем с вами блины.

Дети встают в хоровод и поют под музыку.

1. Мы блинов давно не ели,
Мы блиночков захотели.

Пр-в: Ой, блины, блины, блины,
Ой, блиночки мои.
Ой, блины, блины, блины,
Блины масленые!

2. Наша милая сестрица
Печь блины ты мастерица!

Припев.

3. Напекла она поесть
Сотни две, наверно, есть!

Припев.

4. На поднос блины кладет
И сама гостям несет!

Припев.

5. Гости, будьте же здоровы
Вот блины мои готовы!

Припев.

Воспитатель. Ребята, вот и закончилось наше день здоровья.
А сегодня, к сожалению,
Наше кончилось веселье!
Ты прощай, прощай,
Наша Масленица!

Масленица. До свидания, ребятки!