

Спортивный праздник «День здоровья»

Цель: укреплять здоровье детей, воспитывать у детей стремление быть здоровыми, формировать двигательную активность.

Задачи:

1. Создать праздничное настроение у детей.
2. Развивать физические и волевые качества у детей.
3. Сформировать представление о том, что только здоровый образ жизни делает человека сильным и бодрым.
4. Беседа по безопасности «Как вести себя на улице во время подвижных игр».

Ход праздника

Инструктор: Здравствуйте, дети!

Дети: Здравствуйте!

Инструктор: Дорогие ребята, что это за слово такое – «здравствуйте»? Почему люди его произносят во время встречи? (Дети объясняют).

Инструктор: Верно! Это слово – приветствие, знак доброго уважения людей друг к другу и означает одно – пожелание здоровья. Здравствуй – значит будь здоров! Не болей! Все собрались? Все здоровы? Прыгать и играть готовы? Ну, тогда подтянись, не зевай и не ленись! К нам на праздник обещал прилететь доктор Айболит.

Звучит музыка из мультфильма. Выходит Айболит.

Айболит: Я еле-еле успел к вам на праздник. По полям, по лесам, по лугам я бежал и два слова шептал: «Детский сад, детский сад, детский сад».

Инструктор: Уважаемый доктор, вы ничуть не опоздали, наш праздник только начинается. Нам нужна ваша помощь, проведите медицинский осмотр.

Айболит: У вас ангина?

Дети: Нет!

Айболит: Скарлатина?

Дети: Нет!

Айболит: Аппендицит?

Дети: Нет!

Айболит: Малярия и бронхит?

Дети: Нет!

Айболит: (проходит со слушалкой, осматривает детей). Да! Доволен я осмотром! Здоровы все! Можно начинать соревнования.

Дети делятся на 2 или 4 команды, придумывают название. Переключка – каждая команда хором кричит название своей команды.

Инструктор: Предлагаю вам дружно размяться, зарядкой позаниматься.
(Дети выполняют комплекс ОРУ под музыку)

Дети (все вместе): Зарядка всем полезна!

Зарядка – всем нужна!

От лени и болезней

Спасет нас она.

Эстафеты:

1. «**ПОЕЗД**» - один вагон собирает целый поезд.
2. «**МЕТКИЙ СТРЕЛОК**» - бросок мяча в цель, сбей кеглю (3-5 метров).
3. «**МОЙ ВЕСЕЛЫЙ ЗВОНКИЙ МЯЧ**» - передача мяча (над головой, слева, справа, мяч по низу) и бегом вперед колонны.
4. «**ЮННЫЙ ФУТБОЛИСТ**» - ведение мяча ногой между стойками и попасть в ворота, гол! Забираем мяч, бегом возвращаемся в конец колонны.
5. Игра «**НАЙДИ СВОЁ МЕСТО**» - чья команда быстрее построится.

Инструктор: Вот так праздник у нас получился на славу! Повеселились и поиграли, силы набрались, посоревновались (объявляет команду победителя).

Награждение, призы.

Каждый день и каждый час,

Игры бойкие у нас.

Вы играйте, не ленитесь

К новым играм вы стремитесь!

Всем спасибо! До свидания!