

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 8 «Белоснежка»

**Спортивное развлечение
для детей
старшего дошкольного возраста
«Если хочешь быть здоров!»**

воспитатель
Кононенко Ирина Леонидовна

г. Мегион, 2022 г.

Цель: закрепление знаний и формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- Укреплять физическое здоровье детей.
- Закрепить знания о правильном питании, предметах личного пользования, о пользе воды и мыла.
- Развивать любознательность, скорость, быстрота, выносливость, ловкость.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Воспитывать чувство коллективизма, ответственности, сплоченности.
- Прививать любовь к физкультуре и спорту.

Оборудование:

аудиозапись, полоса препятствий, спортивное оборудование и инвентарь – кегли, косички, мячи, обручи, кубики.

Предварительная работа: беседа с детьми о здоровом образе жизни, о правильном питании, о вреде сладкого, о предметах личного пользования, о пользе воды и мыла.

Ход мероприятия:

Дети входят в зал под музыку, делятся на 2 колонны, расходятся в разные стороны и встают около скамеек.

Ведущий:

На спортивную площадку,

Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну, а утром не лениться —

На зарядку становиться!

(Проводиться разминка под музыку «Солнышко лучистое»).

(Появляется Вася Заболейкин)

Вася: Что случилось, не пойму. Я во сне иль наяву?

Всюду смех, веселье,

У всех – прекрасное настроение!

Может, празднует народ

Славный праздник Новый Год?

Ведущий:

Ты, дружок, не угадал.

Спорт нас вместе здесь собрал.

Всех, кто здоровьем своим дорожит,

Всех, кто хочет подольше прожить.

Вася: А зачем мне нужен спорт?

Для здоровья – съем я торт,
Дома в кровати, в тепле, полежу,
По телеку мультики, фильм посмотрю.

Ведущий: Ошибаешься, Вася:

Спорт, ребята,

Дети. Очень нужен.

Ведущий: Мы со спортом

Дети. Крепко дружим.

Ведущий: Спорт -

Дети. Помощник.

Ведущий: Спорт -

Дети. Здоровье.

Ведущий: Спорт - игра.

Дети. Физкульт-ура!

Ведущий: Сегодня, дорогой Вася, у нас спортивный праздник «Если хочешь быть здоров!». На празднике мы будем соревноваться и играть. Наши дети смелые, ловкие, умелые, занимаются спортом, вырастут и обязательно станут чемпионами!

Вася: Я тоже хочу заниматься спортом! Я тоже хочу соревноваться и играть!
(начинает ходить по залу и чешет затылок).

А как это соревноваться? А как это заниматься спортом?

Ведущий: А мы тебя сейчас научим!

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас.

На спортивную площадку

Приглашаем, дети, вас.

Ведущий: Ребята, мы сегодня с вами проведем соревнования между двумя подготовительными группами, на которых проверим нашу физическую подготовку.

Ведущий: Первое задание. Ребята, отгадайте загадку.

Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит.

Бросишь снова – мчится вскачь,

Ну конечно, это... (мяч – ответы детей).

Всех наших игр с мячом не счесть: так много их на свете есть.

И на земле, траве, на воде, и даже на снегу мы играем с мячом!

Ведущий: Эстафета называется «Не зевай!».

(Ведущий берет в руки мяч. Дети встают вокруг него в круг спиной к центру. Ведущий начинает отсчет от одного до пяти. После числа 5 называет имя одного из детей и подбрасывает мяч вверх. Задача того, чье имя назвали, - быстро обернуться и поймать мяч. Игра проводится несколько раз).

Ведущий: Следующая эстафета «Отгадай загадку».

1. Лишь ловких, сильных любит он,
С ним место встречи – стадион.

- И если хочешь побеждать,
Придется с ним судьбу связать. (Спорт)*
2. *Из десятков разных стран
Собрались спортсмены к нам.
Сальто крутят тут гимнасты,
Бегунов забеги часто,
Здесь играют все в футбол.
Что ж за комплекс я нашел? (Стадион)*
3. *То вприпрыжку, то вприсядку
Дети делают ... (Зарядку)*
4. *Спортсмен надел для тренировки
На ноги мягкие ... (Кроссовки)*
5. *Не легко ее добыть,
Надо храбрым в схватке быть.
Только тем она дается,
До последнего кто бьется. (Победа)*

Ведущий: А вот и эстафета – «Веселые мешочки». Эти мешочки не простые, а волшебные. Кто с ними знает, кто с ними занимается, тот станет стройным и прямым. Прошу вас разделиться на 2 команды и стать в затылок друг другу. С мешочком на голове необходимо дойти до кегли, обойти ее и вернуться обратно, передав мешочек следующему. Это упражнение поможет выработке правильной осанки.

(Проводится эстафета с мешочком на голове).

Ведущий: Отлично, ребята! справились с заданием. Но ведь мешочки можно и метать. Сейчас мы и проверим, кто самый меткий.

(Проводится эстафета с метанием мешочков. Первый с мешочком в руках бежит до линии и бросает в корзину. Затем возвращается и касанием руки передает эстафету дальше).

Ведущий: Следующая эстафета называется «Теремок». *(Участвуют 6 человек — по числу персонажей сказки, а роль теремка выполняет обруч. Эстафету начинает «мышка», она бежит к финишу, где лежит обруч - «теремок», добежав, пролезает через обруч, кладет его на место и бежит за следующим участником. Теперь они бегут к «теремку» вдвоем, обязательно взявшись за руки, вдвоем пролезают через обруч, не расцепляя при этом рук. Затем бегут за третьим и т. д. до шестого участника. Пять человек надевают обруч и удерживают его на уровне пояса. «Медведь» берет обруч рукой, тянет его вместе со всеми участниками к старту. Какая команда покажет сюжет этой сказки быстрее, та и выиграет).*

Ведущий: Молодцы, ребята! Хорошо справились с заданием.

Вот и подошел к финалу наш праздник «Если хочешь быть здоров!». Понравилось вам? *(Ответы детей).*

Вы показали себя настоящими спортсменами!

Тех, кто в спорте побеждает,

Непременно награждают

И подарки им дают.
Как награды те зовут? (*призы*)
Этот знак не продают,
А торжественно вручают.
За спортивные успехи
Им лишь лучших награждают. (*Медаль*)
Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

*Дети в колонне по одному маршируют под музыку В. Шаинского, сл.
М.Танича «Когда мои друзья со мной»*