

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение № 216

«Детский сад комбинированного вида»

Праздник спорта и здоровья

Составили:

Ст. воспитатель Л.В. Прудникова

Воспитатель И. И. Волкова

Муз. руководитель Р. В. Кравченко

КЕМЕРОВО 2017

Надо научиться следить не только за своим здоровьем, но и за порядком, там где живёшь. Посмотри, как ты намусорил.

Леопольд: У меня совсем нет сил. Я ни чего не хочу делать.

Ведущий: Мы с ребятами из группы «Земляничка» и «Гномики» быстро всё уберём.

Малоподвижная игра - «Собираем крышки». (Дети зажимают крышки пальчиками ног и, шагая на пятках или на внешней стороне стопы, относят в определённое место).



Ребята и уважаемые взрослые, назовите лучших друзей человека, которые помогают нам быть здоровыми? (Солнце, воздух, вода, спорт, питание, активный отдых...)

Ведущий: Чтоб не болеть, не простужаться - зарядкой надо заниматься! Леопольд, вставай с нами.

Весёлая зарядка «Солнышко лучистое».

Ведущий: Ребята, я буду задавать вам вопросы, а вы отвечайте, согласны ли вы со мной.

- Фрукты, овощи перед едой мыть не нужно нам водой
- Вот ещё совет простой - руки мой перед едой.
- Если на улице лужа и грязь, надо туда непременно попасть!
- Платочек, расчёска должны быть своими, это запомни, не трогай чужие
- От мамы своей быстро вы убегайте, ногти свои подстригать не давайте.
- Вовремя ложись, вставай, режим дня весь соблюдай.
- Чтобы зубы не болели, ешь конфеты, карамели.
- Вам, ребята, ведь не лень зубы чистить каждый день?

Эстафета «Что нужно для соблюдения гигиены». (Каждый участник команды добегают до ориентира, из различных предметов берёт один, необходимый и возвращается в команду).

Ведущий: Если хочешь быть умелым,
Ловким, сильным, быстрым, смелым
Научись любить скакалки, мячик, обручи и палки,
Никогда не унывай,
В цель снежками попадай.
В санках с горки быстро мчись,
И на лыжи становись.
Вот здоровья в чём секрет
Будь здоров! Физкульт – привет!!!

Леопольд: Я очень хотел бы заниматься спортом, но мне всё время мешают мыши.
Постоянно устраивают козни.

Ведущий: Мы сейчас будем соревноваться и ты с нами. А с мышами мы справимся.
Отгадайте загадку

Звонкий, громкий и прыгучий
Улетает аж за тучи
И на радость детворе
Звонко скачет во дворе.

Эстафета «Быстрый мяч» (Каждый участник команды с мячом в руках обегает вокруг ориентира и возвращается в команду, передаёт мяч следующему участнику).

Подвижная игра «Цветные обручи» (Дети бегают под музыку. В руках у ведущего два обруча – красный для девочек, зелёный для мальчиков. После остановки музыки ведущий выкладывает обручи на пол, девочки и мальчики быстро находят свои обручи и встают вокруг них. Третий раз ведущий кладёт обручи вместе на середину. Дети встают в один большой круг).

Малоподвижная игра «Виды спорта». (Под музыку дети передаю мяч по кругу, музыка останавливается, участник, которого мяч, называет любой вид спорта).

Леопольд: С солнышком мы подружились, весело играли и соревновались.
Переходим к водным процедурам?

Ведущий: Леопольд, ты почти угадал. Все встали, улыбнулись, покружились и на море очутились.

Эстафета «Нырлящики» (Каждый участник «ныряет под воду» (пролезает в туннель), добегают до ориентира, берёт маленький мячик, возвращается в команду).

Ведущий: Уважаемые родители, а вы любите море? (Родители отвечают. Ведущий приглашает родителей играть).

Малоподвижная игра «Море волнуется» (По подсказке ведущего игроки выполняют фигуры в положении сидя, стоя, на одной ножке с закрытыми глазами.)



Ведущий: Обратите все внимание, наш герой совсем выздоровел! У него порозовели щёчки, заблестели глазки.

Леопольд: Какое счастье, я здоров
И мне не нужно докторов!
С зарядкой буду я дружить
И вашей дружбой дорожить!

Спасибо вам всем!

Ведущий: А теперь пора прощаться,
Всем желаю закаляться,
НЕ болеть и не хворать,
Бегать, прыгать и играть!

Под марш дети выходят из зала.