

Цель:

укрепление здоровья детей, развитие умения действовать в интересах команды, воспитание чувства взаимопомощи.

Задачи:

- совершенствовать элементы техники ходьбы, бега, метания;

- развивать выносливость, ловкость, навыки ориентировки в пространстве, внимание, решительность, быстроту реакции в эстафетах;

 - расширять и обогащать знания детей о пользе физических упражнений для здоровья;

 - воспитывать дружелюбие.

Оборудование: мячи - 20шт., кубики -20 шт., «лошадки» - 2 шт., клюшки - 2шт.,

Дети под музыку входят в зал. Звучит музыка «Герои спорта»

М. Магомаева.

Ведущий:

Все собрались? Все здоровы? Бегать и прыгать готовы? Сегодня у нас веселый праздник – день физкультурника. Все спортсмены отмечают этот день спортивными соревнованиями, и мы собрались здесь, в этом зале, для того, чтобы посоревноваться в силе, ловкости и показать своё мастерство. Поздравляю Вас с Днём физкультурника! Ура! (все кричат: *«Ура!»*).

Полюбуйтесь, поглядите на весёлых дошколят.

Олимпийские надежды нынче ходят в детский сад.

А теперь давайте послушаем стихи о физкультуре.

Стихи читают дети.

1. Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку-

Утром делаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решенье

Бег полезен и игра

Занимайся детвора!

2. Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От занятий физкультурой

Будет стройная фигура

Нам полезно без сомненья

Все, что связано с движеньем.

3. Спортивные люди – они так красивы

В них столько энергии, бодрости, силы.

Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?

Лишь спорт тебе в этом отлично поможет.

4. Здоровье усилит, успехов прибавит.

От скуки, безделья тебя он избавит.

Поверь, ты в себя и добейся высот

О чем ты мечтал, даст тебе только спорт.

5. Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

6. В мире нет рецепта лучше -

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет -

Вот и весь секрет!

7. Приучай себя к порядку -

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей,

Будешь здоровей.

Ведущий.

Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт - помощник, спорт - здоровье,

Спорт - игра, физкульт- ура!

Все.

Ура!

Ведущий:

В соревнованиях принимают участие две команды. (Приветствие команд.) У вас есть возможность показать свою ловкость, быстроту, находчивость, внимание и упорство. За каждую победу в эстафете команда получит звездочку. И по итогам наших состязаний будет выбрана лучшая спортивная команда.

Две команды вышли дружно,

Чтобы праздник нам начать,

А поэтому всем нужно,

В нем участие принять.

Каждый должен свою силу,

Свою ловкость показать,

Быть здоровым и веселым,

И, конечно, не скучать!

Входит медицинская сестра, приветствует детей:

Мед. сестра:

Здравствуйте дети. Я слышала, что у вас проходят соревнования, и мне необходимо вас осмотреть, можно ли допускать вас к соревнованиям.

Ведущий:

Всех вы осмотрите,

Ловких, смелых отберите.

Мед сестра:

Попрошу я всех стоять

И команды выполнять.

Все дышите! Не дышите!

Выдохните, а теперь вдохните!

Наклонитесь! Разогнитесь!

Все присядьте, поднимитесь!

Всё, осмотром я довольна!

Из ребят никто не болен!

Все здоровы, все к соревнованиям готовы.

А эту посылку прислал вам доктор Айболит. Откроете ее после соревнований. *(Прощается и уходит)*.

Ведущий:

Ну что ж, пора начинать соревнования. Но для того, чтобы показать хороший результат спортивной подготовки, нужно сначала разогреть свои мышцы, т. е. выполнить разминку. Конкурс «Домашнее задание». (1-я команда выполняет разминку с лентами под музыку «Куда уходит детство», 2-я команда выполняет разминку с мячами под музыку «Детство» Ю.Шатунова). Оценки жюри. Итак, все мы выполнили разминку и можно начинать спортивные испытания.

1. *«Чье звено быстрее соберется»*.

Дети выстраиваются в одну колонну. Звучит музыка, дети прыгают подскоками врассыпную. Музыка останавливается, дети быстро строятся в две колонны. *(2-3 раза)*

Ведущий: Какие вы внимательные, быстро находите свои команды.

2. *«Скакуны»*.

Ведущий. Покажем, какие мы ловкие и сильные. Команды выстраиваются в колонну по одному за линию старта, по сигналу первые участники «скачут» на лошадке до ориентира, возвращаются обратно, передают эстафету следующему участнику. Побеждает команда, первой выполнившая задание.

Ведущий.

Ну что спортсмены, устали? Приглашаю участников показать свою смекалку – отгадать загадки о спорте.

1. Поднимаю ели-ели две тяжелые … (гантели)

2.Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным

Заправляю я кроватку,

Быстро делаю … *(Зарядку)*.

3. Не обижен, а надут, его по полю ведут,

А ударят – нипочем не угнаться за …*(мячом.)*

4. На снегу две полосы,

Удивились две лисы,

Подошла одна поближе:

Здесь гуляли чьи-то *(Лыжи).*

5.Мне загадку загадили:

Это что за чудеса?

Руль, седло и две педали,

Два блестящих колеса.

У загадки есть ответ,

Это мой *(Велосипед).*

6. Каждый вечер я иду,

Рисовать круги на льду,

Только не карандашами

А блестящими … *(Коньками)*

3. *«Веселые обезьянки»*.

Команды выстраиваются в колонну по одному за линию старта, по сигналу первые участники идут до ориентира, с опорой на ладони и стопы, возвращаются обратно, передают эстафету следующему участнику. Побеждает команда, первой выполнившая задание.

4. «*Самый быстрый».*

У каждой команды на линии старта корзина с кубиками, а на расстоянии 5 метров от линии старта корзина с мячами. Команды выстраиваются в колонну по одному за линию старта, по сигналу первые участники с кубиком в руках бегут до ориентира, кладут кубик, берут мяч и возвращаются обратно, передают эстафету следующему участнику. Побеждает команда, первой выполнившая задание.

5. «*Самый ловкий».*

Команды выстраиваются в колонну по одному за линию старта, по сигналу первые участники ведут клюшкой мяч до ориентира, таким же образом возвращаются обратно, передают эстафету следующему участнику. Побеждает команда, первой выполнившая задание.

Ведущий:

Предлагаю командам отдохнуть. Давайте поиграем. Закличка *«Это Я».*

Ведущий:

Кто на праздник к нам пришел?

Дети. Это я!

Кто танцует хорошо?

Дети. Это я!

Кто улыбку не забыл?

Дети. Это я!

Кто воспитан, вежлив был?

Дети. Это я!

А кто любит детский сад?

Дети. Это я!

Кто скучает без ребят?

Дети. Это я!

Кто без солнышка грустит?

Дети. Это я!

*«Здравствуй, спорт!»* — говорит?

Дети. Это я!

Ведущий:

Все ребята молодцы, показали отличные результаты в физической подготовке! Каждая команда была лучшей в каком-либо спортивном состязании. (Подведение итогов, подсчитываются звезды у команд. Открывается посылка от Айболита, в которой детей ждет сюрприз - фрукты и медали). *(Проходит награждение каждой команды.)*

Ведущий:

На этом наш спортивный праздник заканчивается! Занимайтесь спортом, делайте зарядку по утрам, закаляйтесь и будьте здоровы! А на прощанье давайте дружно скажем девиз сегодняшнего дня… *«Физкульт – Ура! Ура! Ура!».*

*Дети исполняют песню «Физкульт-ура».*

Праздник веселый удался на славу,

я думаю, всем он пришелся по нраву.

Прощайте, прощайте, все счастливы будьте,

здоровы, послушны и спорт не забудьте!

Со спортом дружите, в походы ходите,

и скука вам будет тогда нипочем.

И всем пожелаем, здоровья, успехов и счастья во всем!