МКДОУ № 46

Конспект

Спортивного праздника в средней группе

«Ладушки» и «Воробушки»

«*День здоровья*»

Провела:

Инструктор по физической культуре

Авдонькина С.Ю

Новосибирск 2015г

**Спортивный праздник День здоровья»**

**Цели:**

**1 -** *формирован у детей здоровой образ жизни ;*

***2 -*** *в игровой форме развить ловкость ,быстроту ,силу;*

***3 -*** *формировать навыки сотрудничества детей друг с другом .*

***Действующие лица****: Ведущая; Андрейка –Неболейка; Аркашка-Расхварашка*

*Ход праздника.*

***Ведущий****: Ребята сегодня в нашем саду проходит «День здоровья». Здоровье- это когда человек сильный крепкий и никогда не болеет. Но для этого он должен заниматься спортом закалятся есть фрукты овощи. Вот сейчас мы и проверим как вы умеете это делать.*

*1-й ребенок: На спортивную площадку*

*Приглашаем всех сейчас.*

*Праздник спорта и здоровья*

*Начинается у нас.*

*2-й ребенок: Сегодня встали мы с утра!*

*Готовились заранее.*

*Ребята, начинать пора*

*Спортивные соревнования!*

***Ведущая*** *: Спортом заниматься интересно, так как люди становятся здоровее, сильнее. А какие виды спорта вы знаете?*

***Дети****………*

*(стук в дверь ,входит Андрейка-Неболейка)*

***Андрейка****: Я Андрейка-Неболейка,*

*Приглашаю всех, друзей,*

*Становитесь –ка в линейку,*

*Всех веду на праздник я!*

*(Все дети строятся друг за другом)*

*Андрейка: выше ноги поднимайте и за мною все шагайте.*

*Раз, два, три, четыре-шаг потверже, взмах пошире .*

*Веселей, дружок шагай, посмелей не отставай!*

*(все шагают за Андрейкой)*

***Андрейка****: А теперь на месте- стоп! Иналево поворот*

*Сегодня день –не как всегда ,немножко необычный ,*

*И настроенье ,и здоровье у всех ребят …..*

***Дети*** *: Отличное!*

***Андрейка****: Только тот всегда здоров кто по совету докторов*

*Очень любит закалятся любит спортом заниматься.*

*Вы скажите мне ребятки утром делали зарядку?*

***Дети****: Да!*

***Андрейка****: В три шеренги становись. Подтянитесь, улыбнитесь.*

*И ,конечно для порядка начинается зарядка!*

*(дети становятся в три шеренги и выполняют упражнения по показу Андрейки под музыку « Утренняя гимнастика»*

***Андрейка: Здоровье в порядке ?***

***Дети : Спасибо зарядке!***

***Ведущая:*** *Мы сильные , ловки, здоровы- Саши, Маши,Пети,Вовы.*

*Вот сейчас мы и покажем ,это делом вам докажем!*

*Эстафета 1 « Мы –быстрые»*

*(Дети делятся на две команды ,пробегают «змейкой « между кеглями до ориентира, и по прямой возвращаются к своей команде).*

***( Появляется Аркашка-Расхворашка ,кашляет и чихает)***

***Андрейка:****Ой ,ребята, кто же тут? Может быть, замерзший шут?*

*В шубе, в валенках и в шапке? Тут не все, видать , в порядке !*

*Удивительное чудо…..Нам скажите. Вы откуда?*

*По правде, вы такого вида, будто прям с Антарктиды!*

*(Аркашка чихает несколько раз)*

***Аркашка:*** *Я Аркашка-Расхворашка,*

*Ох, чихаю, ох простужен,*

*И кому такой я нужен?*

*У меня, меня простите,*

*Никакого аппетита!*

*Все я мерзну, все болею*

*И час от часу слабею,*

*Лишь подует ветерок,*

*Тут же я валюся с ног.*

*(Аркашка чихает несколько раз)*

***Андрейка:*** *От чего, ребята, Аркашка-Расхворашка болеет и мерзнет?*

*Дети:……………*

***Андрейка:*** *А скажите, Аркашка нам, чем ты занят но утрам?*

***Аркашка:*** *Я, ребята ,долго сплю, до полудня я храплю.*

***Андрейка:*** *Расскажи ,но по порядку: часто делаешь зарядку?*

*Спортом занимаешься? Водою обливаешься?*

**Аркашка:** *Нет, зарядку-то ,ребята я не делал никогда.*

*Закаляться страшно, братцы, ведь холодная вода!*

***Андрейка:*** *Вот Аркашка и болеет ,потому что спортом не занимается, не делает зарядку, не закаляется .Наши ребята совсем не такие.*

***Аркашка:*** *А я вот сейчас проверю . так ли это на самом дели.*

***Эстафета 2****« Мы –ловкие»*

*( Дети ползут по гимн .скамейке и возвращаются в свою команду)*

***Андрейка:*** *Аркашка-Расхворашка, посмотрели, как ребята дружат с физкультурой!*

***Эстафета 3« Прыгни в обруч»***

*(Дети прыгают из обруча в обруч и возвращаются в свою команду)*

***Андрейка****: Попрыгай и ты, Аркашка, как наши ребята.*

***Аркашка:*** *Не хочу я , не умею, я итак всегда болею!*

*Как побегаю боюс. что я снова простужусь! ( чихает 3 раза)*

***Андрейка:****Будь здоров!*

*(Аркашка снова чихает)*

***Дети:****( вместе с Андрейкой ) Будь здоров!*

***Ведущая:***  *Для того, чтобы не заболеть, нужно научится делать массаж биологически активных зон. Вставайте, Аркашка и Андрейка вместе с нашими ребятишками поучитесь.*

***Массаж биологически активных зон «Неболейка****»*

*Приложение 1*

***Аркашка****:Действительно ,стало мне получше. Буду делать такой массаж обязательно.*

***Аркашка:****Ох, и времечко настало, ох и жарко же мне стало!*

*Наверное, пора мне снять лишнюю одежду .*

*(Аркашка снимает одежду .)*

***Аркашка :****Вот ты меня , Андрейка все учишь, учишь ,а твои ребята знают, что нужно делать ,что бы не болеть.*

***Ведущая:*** *Сейчас наши ребята докажут что знают что делать что бы не болеть.*

***Игра «Это правда или нет»***

*(приложение 2)*

***Андрейка:*** *знаешь , Аркашка что бы быть спортивным ,здоровым, нужно еще правильно питаться.*

*От простуды и ангины*

*Нам помогут витамины*

*Витамины есть в продуктах.*

*В овощах и фруктах,*

*А кто летом в лес пойдет,*

*Витамин и там найдет.*

*В****едущая:*** *Игра « Полезные продукты»*

*(Дети встают в круг, Ведущая по очереди бросает мяч тот кто поймал должен назвать полезный продукт)*

*В****едущая:*** *Видите Аркашка и Андрейка наши дети много знают о полезных и вредных продуктах.*

***Андрейка:*** *Наши дети занимаются на физкультурных занятиях ,и когда подрастут, будут спортом заниматься.*

*Знаешь, Аркашка какие –нибудь виды спорта?*

*Давай спросим у ребят какие виды спорта они знают.*

*В****едущая :****Загадывает загадки.*

*(Приложение 3)*

***Андрейка:*** *Ну что ,Аркашка понял теперь ,что нужно заниматься спортом, закаляться есть витамины- и никогда не заболеешь!*

***Аркашка:*** *Да, понял! Я даже чихать перестал!*

***Андрейка:*** *Молодцы! Ребята ,очень здорово постарались! Давайте, примем Аркашку в ряды спортсменов и физкультурником и все вместе станцуем танец.*

***Награждение победителей и участников***