

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Великосельский детский сад 14»

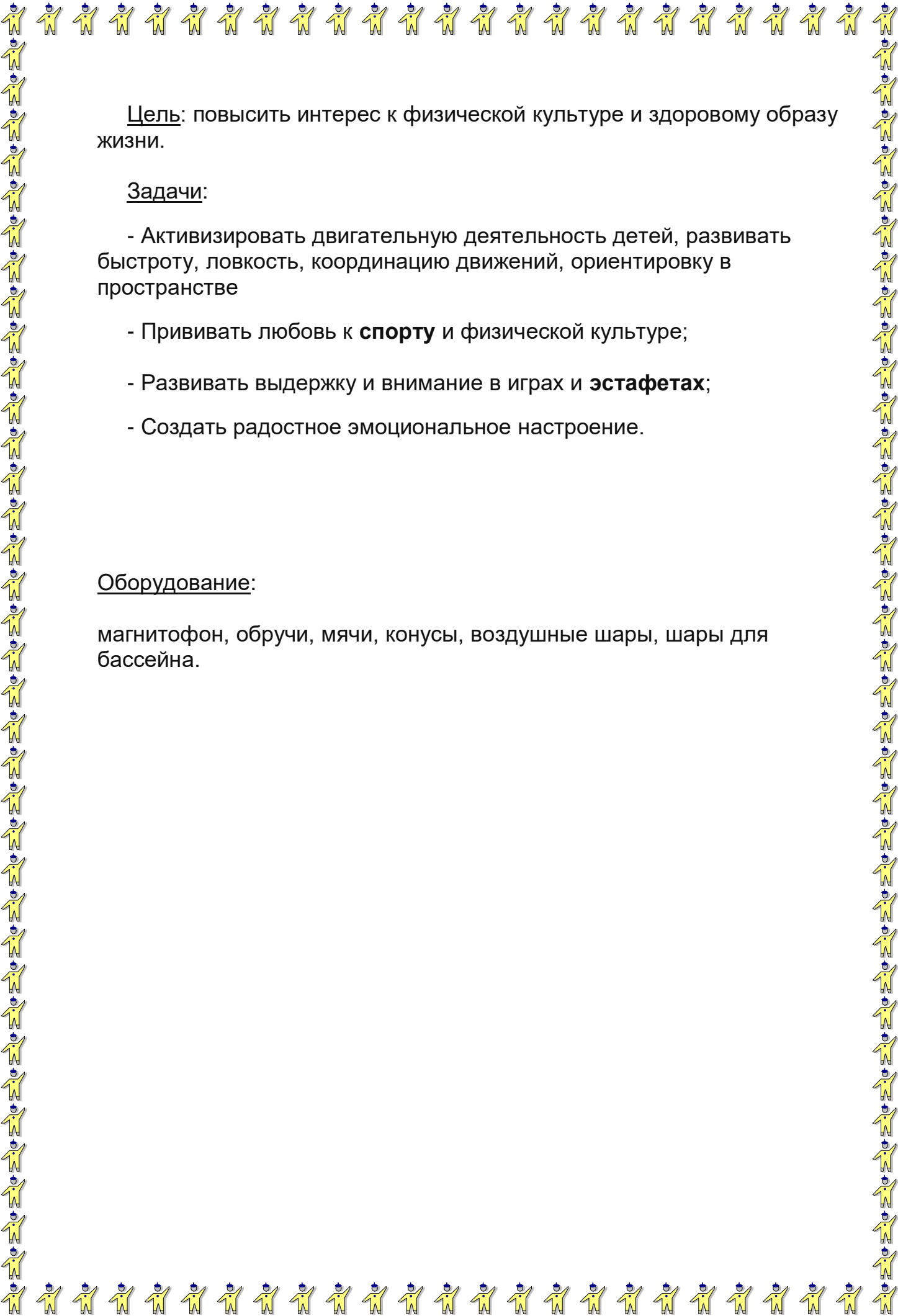
Физкультурно-оздоровительная
эстафета: «День здоровья» с детьми
старших групп.



Подготовили:

Шаломина И.А
Костева А.Н.
Талютин Т.В.

Октябрь 2022г.



Цель: повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.

Задачи:

- Активизировать двигательную деятельность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве
- Прививать любовь к **спорту** и физической культуре;
- Развивать выдержку и внимание в играх и **эстафетах**;
- Создать радостное эмоциональное настроение.

Оборудование:

магнитофон, обручи, мячи, конусы, воздушные шары, шары для бассейна.



Ход мероприятия:

Дети под марш выходят на спортивную площадку.

Ведущий 1 (физкультурник):

«Здравствуйте дети!». Ребята, сегодня в нашем **детском саду День здоровья. Здоровье** – мы с вами должны беречь, чтобы всегда быть весёлыми, сильными, **здоровыми и красивыми**.

Если хочешь стать умелым,
Сильным, ловким, смелым,
Научись любить скакалки,
Обручи и палки.
Никогда не унывай,
В цель мячами попадай.
Вот здоровья в чем секрет –
Всем друзьям – физкульт.....

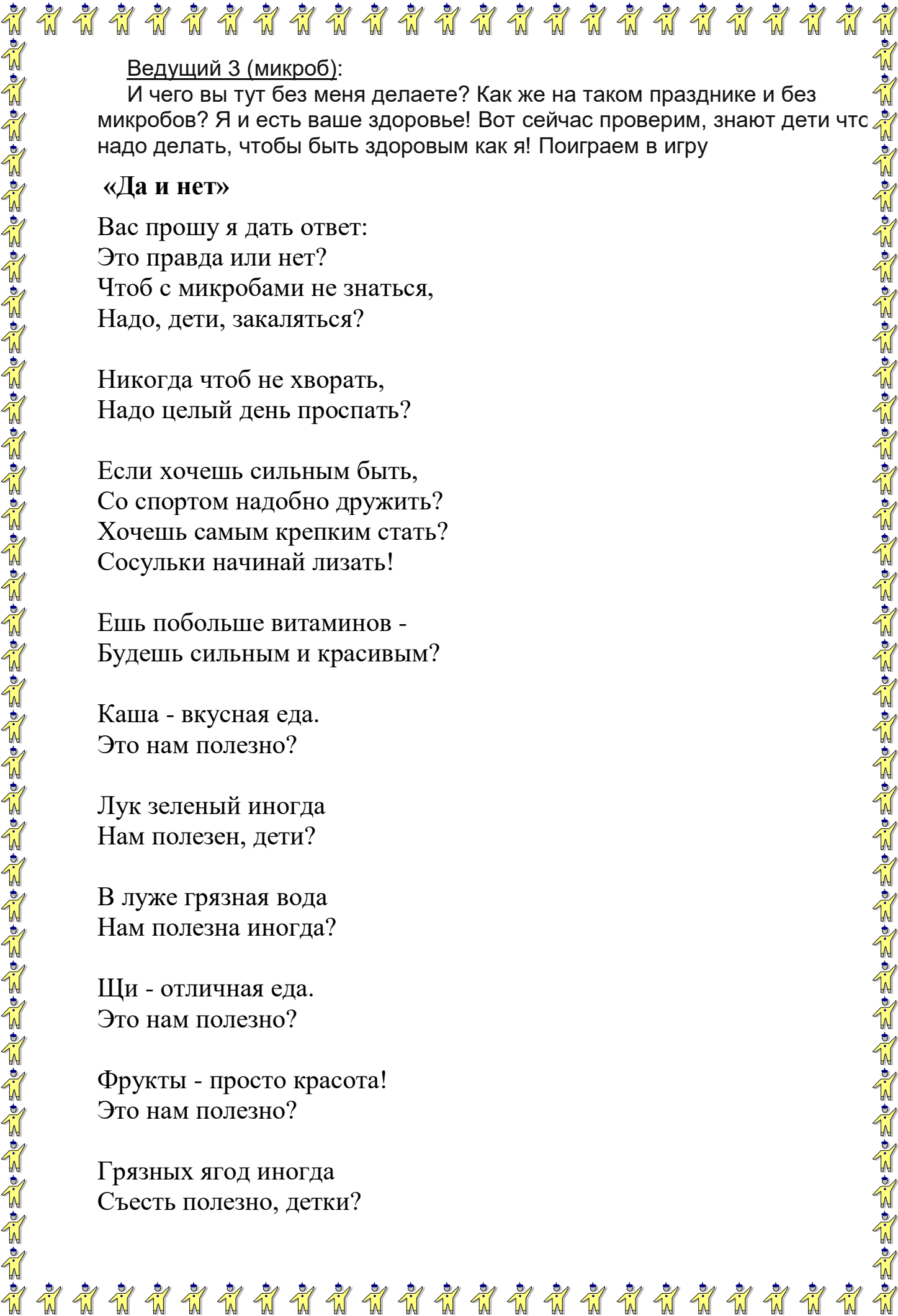
Ведущий 2 (доктор):

А теперь я предлагаю вам ребята продолжить пословицы:

1. **Здоровье в порядке ... (спасибо зарядке).**
2. Если хочешь быть **здоров ... (закаляйся!**
3. Чистота ... (залог **здоровья!**
- 4.
5. **В здоровом теле ... (здоровый дух!**
6. Сон ... (лучшее лекарство!

Ведущий 1:

Какие вы молодцы, знаете много пословиц о **здоровье**.



Ведущий 3 (микроб):

И чего вы тут без меня делаете? Как же на таком празднике и без микробов? Я и есть ваше здоровье! Вот сейчас проверим, знают дети что надо делать, чтобы быть здоровым как я! Поиграем в игру

«Да и нет»

Вас прошу я дать ответ:

Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться,

Надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспять?

Если хочешь сильным быть,

Со спортом надобно дружить?

Хочешь самым крепким стать?

Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов -

Будешь сильным и красивым?

Каша - вкусная еда.

Это нам полезно?

Лук зеленый иногда

Нам полезен, дети?

В луже грязная вода

Нам полезна иногда?

Щи - отличная еда.

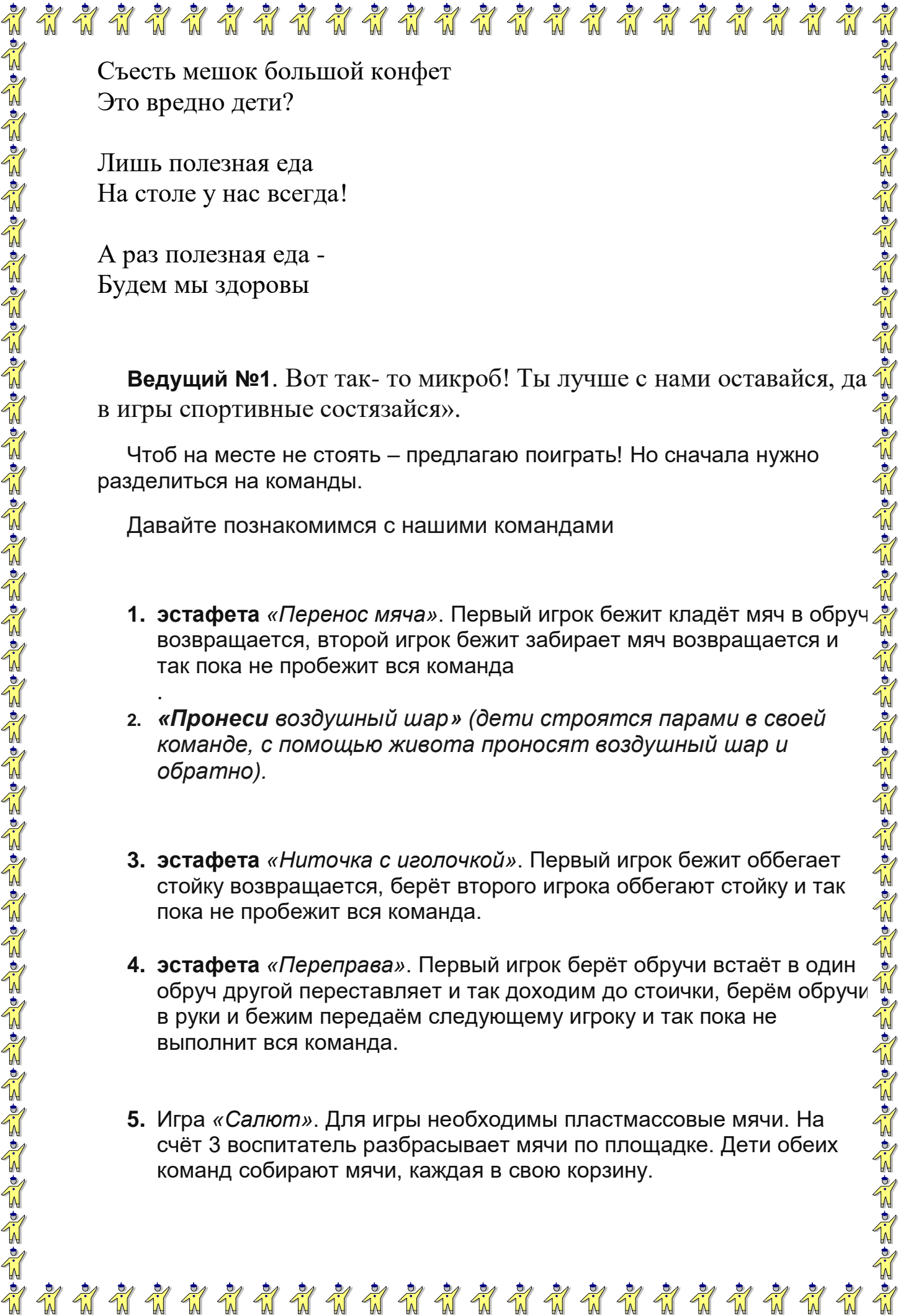
Это нам полезно?

Фрукты - просто красота!

Это нам полезно?

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки?



Съесть мешок большой конфет
Это вредно дети?

Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!

А раз полезная еда -
Будем мы здоровы

Ведущий №1. Вот так- то микроб! Ты лучше с нами оставайся, да в игры спортивные состязайся».

Чтоб на месте не стоять – предлагаю поиграть! Но сначала нужно разделиться на команды.

Давайте познакомимся с нашими командами

1. **эстафета «Перенос мяча».** Первый игрок бежит кладёт мяч в обруч возвращается, второй игрок бежит забирает мяч возвращается и так пока не пробежит вся команда
2. **«Пронеси воздушный шар»** (дети строятся парами в своей команде, с помощью живота проносят воздушный шар и обратно).
3. **эстафета «Ниточка с иголочкой».** Первый игрок бежит оббегает стойку возвращается, берёт второго игрока оббегают стойку и так пока не пробежит вся команда.
4. **эстафета «Переправа».** Первый игрок берёт обручи встаёт в один обруч другой переставляет и так доходим до стойки, берём обручи в руки и бежим передаём следующему игроку и так пока не выполнит вся команда.
5. Игра **«Салют».** Для игры необходимы пластмассовые мячи. На счёт 3 воспитатель разбрасывает мячи по площадке. Дети обеих команд собирают мячи, каждая в свою корзину.



Ведущий: Молодцы ребята! Настоящие спортсмены!

А сейчас мы с вами немножко потанцуем и поиграем в музыкальную игру: «Шляпка».

(все дети становятся в круг, под музыку передают шляпку, когда музыка остановилась у кого шляпка, тот ребенок танцует. Все повторяют движения)

Ведущий: Ребята, наша **оздоровительная эстафета** подошла к **концу**. Вы все молодцы, очень **старались**, выполняли все **эстафеты правильно**.

Сейчас вы получите призы за участие в **эстафете** *(каждая команда получает кубок и витамины)*.