

Спортивный праздник
«В детский сад, за здоровьем!»
с детьми и родителями подготовительной группы.
30 сентября 2014 года

Задачи:

- Прививать детям культурно-гигиенические навыки;
- Развивать силу, ловкость, глазомер;
- формировать потребность в ежедневной двигательной активности, интерес к занятиям физической культуры и спорту.

Оборудование: Мячи большие- 2 шт. средние мячи-2 шт., модули- 4 шт., канат, гимнастические палки, свисток.

Место проведения: Физкультурный зал.

Играет спортивный марш. Дети в колонну по одному входят в зал.

Ведущий. Добрый вечер уважаемые взрослые и дети! Сегодня у нас спортивный праздник «В детский сад-за здоровьем!». А значит, что теперь мы всегда будем здоровы. Что для этого нужно?

Дети отвечают.

Правильно. Для этого нужно

Утром рано просыпаться,

Хорошенько умываться,

Чтоб в саду нам не зевать,

В тарелку носом не клевать.

Одеваться аккуратно,

Чтоб смотреть было приятно.

А чтоб всегда быть чистым и опрятным, нужно выучить одно заклинание.

Вот послушайте.

Если утром не хочется умываться, нужно подойти к крану и сказать: «Кран, откройся!

Носик, умойся! Глаз купайся! Грязь смывайся!» - и сон сразу пройдет. Давайте выучим его.

Ведущий с детьми разучивает заклинание.

На площадку выбегает Ириска.

Ириска. А вот и я!

Ведущий. Кто вы такая?

Ириска. Я - Ириска!

Ребята вы не видели моего друга, Пончика!

Дети. Нет, не видели.

Ириска ходит по площадке и зовет Пончика. Прибегает Пончик.

Ириска. Где ты был?

Пончик. Ой, не спрашивай Ириска.

Кровать вцепилась мне в плечо:

«Не отпущу, поспи еще!»

Я вырвался, тут простыня схватила за руку меня:

«Постой дружок не убежишь!»

Еще немного полежишь!»

«Вставанье-дело не приятное!»

Шепнуло одеяло ватное.

Подушки слышен голосок:

«Не торопись, поспи часок!

Хоть полчаса, хоть полминутки»

Но я вскочил и крикнул: «Дудки!

Ириска. Молодец, Пончик!

А ты не забыл умыться?

Пончик. Я не забыл, я не захотел.

Ведущий. А мы с ребятами знаем заклинание.

Пончик. Какое?

Ведущий. Когда не хочется умываться, нужно произнести следующие слова

«Кран, откройся! Носик, умойся! Глаз купайся! Грязь смывайся!»

Дети хором произносят заклинание.

Пончик. Ну, спасибо, ребята, что научили такому заклинанию.

Ведущий. Ребята! А что нужно еще делать по утрам?

Дети. Зубы чистить, причесываться, умываться, делать зарядку.

Ведущий. Пончик и Ириска, если вы забыли сделать зарядку, делайте с нами.

Под музыкальное сопровождение «Веселая зарядка» родители и дети, стоя в кругу, выполняют упражнения.

«Хлопки руками»

(*Ходьба в колонне по кругу с хлопками над головой*)

«Покачивание рук»

(*Покачивание рук из стороны в сторону с поднятыми руками*)

«Поднимание плеч»

(*Поднимание плеч вверх, вниз руки на поясе*)

«Повороты»

(*Повороты туловища из стороны в сторону*)

«Наклоны»

(*Наклоны туловища вперед, назад с отведением рук*)

«Прыжки»

(*Прыжки с продвижением вперед по кругу*)

Ходьба по кругу

Упражнение на восстановление дыхания.

А теперь послушайте мой рассказ.

Пришли два юных друга на речку. Один решил искупаться. Стал плавать и нырять. Другой сидит на камушке, смотрит на воду и думает: «Нет, в воду не пойду, а вдруг я утону!»

Пошли зимой два друга кататься на коньках. Один стрелую мчится, румянец на щеках.

Другой сидит в сторонке и размышляет: «Нет, не пойду кататься, а вдруг я упаду?»

Два друга попали под дождь. Один чтобы согреться пробежался. Другой сидел под кустиком и дрожал, а теперь вот лежит под одеялом: «Кхе-кхе! Апчхи!!!»

Ребята! Какой мальчик вам понравился? А почему? Что нужно делать, чтобы не заболеть, чтобы всегда быть здоровыми?

Дети отвечают.

Правильно, нужно заниматься физкультурой.

И мы сейчас проведем соревнование. Но сначала отгадайте загадку.

Я начну фразу, а вы кончайте, дружно хором отвечайте.

Игра веселая футбол

Уже забили первый.....

Дети. Гол!

Вот разбежался быстро кто-то

И без мяча влетел в

Дети. Ворота!

А Петя мяч ногою хлоп-

И угодил мальчишке в

Дети. Лоб!

Хохочет весело мальчишка-

На лбу растет большая....

Дети. Шишка!

Но парню шишка не почём,

Опять бежит он за

Дети. Мячом!

Ведущий. Молодцы! А теперь игры и соревнования с мячом.

Дети и родители делятся на команды «Пончик» и «Ириска».

Ведущий.

Чтобы ловким, сильным стать, надо мячики бросать.

«Подбрасывание и ловля мяча»

Участники от каждой команды с мячами в руках по сигналу подбрасывают и ловят мяч в движении, возвращаются к команде и передают эстафету.

Ведущий.

Глазомер чтоб развивать,

Надо мячики катать.

«Прокати мяч»

Первые участники с мячами в руках бегут до кубов, оббегают ее, возвращаются в конец колонны и прокатывают мячи под ногами членов команды. Следующие игроки ловят мячи и продолжают эстафету.

Ведущий.

Будим ловко мяч ловить,

чтобы мышцы укрепить.

«Передал-садись!»

Команды строятся в колонны, на расстоянии 2-3 м от них встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитан бросает мяч первому игроку своей команды. Тот ловит и возвращает мяч капитану и приседает. Затем капитаны обмениваются передачами с другими игроками. Каждый игрок, вернув мяч капитану, приседает. После того как последний в колонне игрок возвратит мяч капитану, тот поднимает мяч вверх, и вся команда быстро встает.

Ведущий.

Чтобы пальцы развивать,

Будим мяч передавать.

«Муравьи»

Команды строятся в шеренги навстречу друг другу. По сигналу участники команд передают мяч рядом стоящему до последнего участника и обратно.

Ведущий.

Чтобы быстрым ловким стать,

Надо с мячиком играть.

«Встречный бой»

Две команды в шеренгах размещаются по разным сторонам зала. Задача игры: выбить мячом из игры как можно больше противника. Выбитый игрок садится. выбивают взрослые, детей. В каждой команде по одному мячу.

Ведущий.

Будим мяч передавать

Чтобы мышцы рук размять.

«Передай другому»

Стоя в колонне, участники передают мяч, сзади стоящему над головой, последний игрок взяв мяч в руки произносит «Ура».

Ведущий.

Кто быстрее, тот всегда

Придет первым, наверняка.

«Паровозик»

Участники становятся друг за другом в колонне, держась за плечи, по сигналу обходят ориентир и становятся в таком же порядке.

Ведущий.

Руки сильные нужны

Ты противника, тяни.

«Перетягивание каната»

Дети, затем взрослые по очереди перетягивают канат в свою сторону.

Ведущий.

Для того чтоб отдохнуть, разомнемся мы чуть, чуть.

Под музыкальное сопровождение.

Ходьба по кругу семенящим шагом.

Самомассаж рук, ног.

Упражнения на дыхание.

Подведение итогов соревнования.

Ведущий

На этом наш праздник подходит к концу.

Ведущий.

Чтоб расти и закаляться,

Будим спортом заниматься

Закаляйся, детвора!

В добрый час!

Физкульт-ура!

Под музыкальное сопровождение участники покидают физкультурный зал.