

# Физкультурный праздник

«Спорт – здоровье, спорт – игра».



Воспитатели: Аникеева Л.М.  
Зайцева Л. Н.

**Цель:** укреплять здоровье детей, формировать двигательную активность, воспитывать у детей стремление быть здоровыми.

**Задачи:**

1. Создать праздничное настроение у детей.
2. Развивать физические и волевые качества у детей.
3. Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах.
4. Сформировать представление о том, что только здоровый образ жизни делает человека сильным и бодрым.



### Ход праздника

**Ведущий:** Нынче праздник, важный день  
Встретить нам его не лень.  
Здоровья день, день красоты,  
Его все любят – я и ты.  
И все вокруг твердят всегда:  
Здоровым быть – вот это да!

День физкультурника – замечательный праздник, когда все люди показывают, как они дружат с физкультурой и спортом. Ведь от того, насколько часто вы занимаетесь физкультурой, зависит ваше здоровье. И мы сегодня друг другу покажем, как мы любим заниматься спортом.

К нам на праздник мы пригласили доктора Айболита, который проведет осмотр участников перед соревнованиями. А вот и он, встречайте его аплодисментами.

**Доктор:** Здравствуйте дети!



Я еле-еле успел к вам на праздник.  
По полям, по лесам, по лугам я бежал.  
И два слова только шептал  
«Детский сад, детский сад, детский сад!»

**Ведущий:** Уважаемый доктор, вы ничуть не опоздали, наш праздник только начинается. Но нам нужна ваша помощь, перед соревнованиями надо осмотреть спортсменов, не больны ли они, могут ли участвовать в соревнованиях.

**Доктор:** Я с удовольствием осмотрю ваших детей.  
Проводит осмотр.



**Доктор:** У вас ангина? Скарлатина? Холерина? Аппендицит? Малярия и бронхит? Какие вы здоровые дети! Можно начинать соревнования.

**Ведущий:** Ну, ребята нам пора! Помните! Везде, всегда надо двигаться, друзья! Спорт, движения для нас – это просто высший класс.

**Ребенок 1:** Будь здоров! Не болей!  
Это просьба всех людей,  
Быть здоровыми хотим  
И об этом говорим!

**Ребенок 2:** Любим мы играть в футбол,  
Забивать в ворота гол.  
Любим прыгать высоко  
Плывать быстро и легко!

**Ребенок:** Заниматься не ленись!  
Физкультура – это жизнь!

Ты всегда спортивным будь  
Про болезни позабудь!

**Доктор:** Молодцы ребята, хорошие вы стихи прочитали.  
А теперь скажите, что делает спортсмен перед соревнованиями.

**Дети:** Разминается.

**Доктор:** Правильно. Давайте и мы с вами разомнемся.



Все собрались? Все здоровы?  
Бегать и играть готовы?  
Ну тогда подтянись,  
Не зевай и не ленись  
На разминку становись!  
Начинаем бег на месте,  
Финиш метров через двести.  
Раз, два, раз, два.  
Очень весело друзья.  
Хватит, хватит, прибежали.  
Потянулись, подышали.  
Вот мы руки развели, словно удивились.  
И друг другу до земли в пояс поклонились.  
Выпрямились, наклонились, выпрямились.  
Надо нам присесть и встать,  
И на месте поскакать.  
На носки, потом на пятки.  
Вот и кончилась зарядка

**Ведущий:** Ребята, давайте поделимся на две команды.  
Придумаем название своей команды.

**1 эстафета «Самое красивое солнышко».**



Напротив каждой команды стоит стол, на котором лежат гимнастические палки. Справа от стола лежит обруч. Нужно добежать до стола, взять палку и приложить к обручу (имитируя лучик).



## **2 эстафета « Сороконожка».**

Дети кладут руки друг другу на плечи, бегут до конца площадки, оббегают кеглю и всей командой возвращаются на старт.



## **3 эстафета «Пингвины».**

Прыжки на двух ногах с мячом, зажатым между коленями.



**Отдых: «Виды спорта».**

Ребята, я буду показывать вам движения, вы будите за мной повторять, потом должны назвать, какой это вид спорта.

- лыжные гонки
- баскетбол
- плавание
- коньки
- волейбол
- стрельба
- теннис

Молодцы, вы все виды спорта знаете.

**Ведущий:** наше соревнование продолжается.

**4 эстафета «Донеси капельку»**

Игрок берет капельку, бежит змейкой, кладет ее на тучку, возвращается и передает эстафету.





### **5 эстафета «Колобок».**

Игрок катит колобок до стойки, берет его, оббегает стойку, возвращается назад и передает колобок следующему игроку.



**Ведущий:** Ребята, а сейчас давайте подведем итоги. Награждение детей.

**Доктор:** Дети, вы настоящие спортсмены – быстрые, ловкие и конечно дружные. Будьте всегда здоровы, берегите и тренируйте главный орган человека – сердце. Я вам дарю вот такое большое, любящее сердце.

**Ведущий:** На этом наш праздник подошел к концу.  
Дружите со спортом и будьте здоровы!

**Дети:** Мы со спортом крепко дружим,  
Спорт для всех нас очень нужен,  
Спорт – здоровье, спорт – игра.  
Скажем спорту мы – **Ура!**

