

Сценарий физкультурного досуга "День физкультурника"



Выполнила воспитатель высшей
квалификационной
категории Костина Т.П.

Цель: пропаганда здорового образа жизни

Задачи:

1. приобщать к занятиям физкультурой и спортом;
2. развивать морально – волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, умение взаимодействовать друг с другом, оказание взаимопомощи, поддержки в группе в решении основных задач в достижении общей цели;
 - беседы о здоровье, спорте, здоровом образе жизни, о том, как сохранить свое здоровье;
 - просмотр спортивных передач дома вместе с родителями;
 - рассматривание альбомов, книг, фотографий, презентаций о видах спорта, спортсменах
3. воспитывать у детей положительные эмоции от мероприятия.

Предварительная работа:

- рисование на данную тему.

Оборудование: бейсболки трех цветов, воздушные шары, флаг Российский, три скамейки, три лошадки, три мяча. три самоката, три самосвала, пластмассовые шарики, трех цветов, медали, султанчики.



Ход праздника.

Дети выходят под марш на участок и садятся на скамейки .

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!»

Это один из самых замечательных праздников в году, когда все люди показывают, как они дружат с физкультурой и спортом. Ведь от того, насколько часто вы занимаетесь спортом, зависит, каким будет ваше здоровье. Сегодня наша страна отмечает День всех активных людей - День физкультурника.

Физкультурник-это кто? (Диалог о том кто такие физкультурники).

Ведущий. Дети, сегодня у нас в гостях доктор.

Диалог о том, что еще необходимо для здоровья кроме занятий спортом?

(Умываться, чистить зубы, соблюдать порядок, дружить, быть добрым, правильно питаться). «А вы любите чистоту, порядок, делать зарядку! Это мы сейчас проверим»

Игра «Это я, это я, это все мои друзья». (Гость читает начало фразы, если дети согласны с высказыванием, отвечают «Это я, это я ,это все мои друзья!», если не согласны, высказывают протест).

Кто ватагою веселой каждый день шагает в сад?

Кто любит маме помогать по дому мусор рассыпать?

Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?

Кто из вас из малышей ходит грязный до ушей?

Кто нам праздник к нам пришел и танцует хорошо?

Кто одежду бережет под кровать ее кладет?

Кто улыбку не забыл, кто воспитан вежлив был?

Кто ложится рано спать в ботинках грязных на кровать?

А кто любит детский сад, кто скучает без ребят?

Кто без солнышка грустит, здоровьей спорт говорит?



Игра «Закончи фразу» Ну-ка дети, подскажите, разобраться помогите. Я начну, а вы кончайте, хором дружно отвечайте:

Солнце, воздух и вода-.....(наши лучшие друзья).

От простуды и ангины нас спасают ... (витамины).

Меньше сладкого, мучного-вот и станешь ... (стройным снова).

Творог, овощи и фрукты-.... (всем полезные продукты).

Утром в зале по порядку –дружно делаем ... (зарядку).

Ведущий: - А теперь встречаем участников: команда « Колокольчик», команда «Подсолнух», команда «Гвоздика»

Капитаны каждой команды приветствуют друг друга.

Всем ребятам наш привет

И такое слово:

Спорт любите с малых лет-

Будете здоровы!

В мире нет рецепта лучше-

Будь со спортом неразлучен .

Проживешь сто лет – вот и весь секрет!

Приучай себя к порядку -

Делай каждый день зарядку

Смейся веселей - ,будешь здоровей!



Ведущий. « Ребята, желаем каждой команде не только побед, но и бодрого настроения в течение всех соревнований, а также, чтобы участие в эстафетах стало полезным и укрепляло ваше здоровье. Но любые спортивные соревнования начинаются с разминки. Повторяйте за мной и не забывайте улыбаться, ведь улыбка укрепляет здоровье и помогает настроиться на победу». (Дети под музыку выполняют упражнения с султанчиками).

Ведущий. Молодцы! Ну, что же, пора переходить к самому интересному – эстафетам! Команды, приготовиться, занять свои места.(Под музыку дети строятся в три колонны).

Ведущий: Ответьте мне на вопрос, вы когда-нибудь скакали на лошади?(ответы детей).

Ведущий: Сейчас мы попробуем.

Проводится конкурс «Лошадиные скачки». Командам раздаются три «лошади». Нужно «доскакать» до препятствия, обежать и прискакать обратно.

Ведущий: Молодцы, справились с этим конкурсом. Скажите, ребята, кто любит с мячом? (Ответы детей)

Сейчас мы проведём конкурс **«Не урони мяч»** и посмотрим, как вы справитесь с этим сложным заданием. (Дети по очереди, зажав мяч между ног добегают до кегли и возвращаются обратно. Победителем считается команда, которая первой справилась с заданием).

Ведущий: Какие ловкие ребята, быстро разделались и с этим конкурсом. А теперь, пока жюри подводит итоги двух конкурсов, мы подготовимся к следующему конкурсу.

Конкурс «Гонки на самокатах» (Дети на самокатах двигаются туда и обратно по заданной дистанции, обегая кеглю). Побеждает команда выполнившая задание первой.

Игра «Дождик». Дети сидят на своих местах, перед собой держат ладошку левой руки, все движения выполняются пальцами правой руки.

Осень, пошёл мелкий дождь (дети потихоньку постукивают указательным пальцем правой руки по ладони левой).

Дождь усиливается (*стучат двумя пальцами*).

Ещё усиливается (*стучат тремя пальцами с быстрой скоростью*).

Вот уже и ливень (*стучат всеми пальцами правой рукой по ладони левой, скорость движений увеличивается*).

Ведущий: Итак, продолжим нашу конкурсную программу.

Попрошу все команды построиться в три колонны. Проводим следующий конкурс
«Перевезем богатый урожай»

(Каждый участник команды по очереди на самосвалах перевозит урожай яблок).

Побеждает команда быстрее всех выполнившая задание.

Ведущий: Ну вот и всё, закончились все наши конкурсы, и сейчас жюри объявит результаты. (Жюри вручает медали)



Ведущий: На этом наш праздник подошел к концу.

Мы со спортом крепко дружим,

Спорт для всех нас, очень нужен,

Спорт – здоровье, спорт – игра.

Скажем спорту мы - УРА!

Дружите со спортом и будьте здоровы!

(Дискоотека)