

Конспект спортивного развлечения «День здоровья», для старшей группы дошкольного возраста.

Чернова А.В., инструктор по физической культуре МБДОУ д/с №132, г. Чебоксары;

Аннотация. В статье представлено физкультурное развлечение для старших дошкольников, направленное на развитие физических способностей, формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Ключевые слова. Здоровье, эстафета, физические качества.

Конспект спортивного развлечения «День здоровья»

Цель: Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Прививать основы здорового образа жизни.
2. Воспитывать чувство коллективизма.
3. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координацию движений и умение переключаться с одного задания на другое.

Оборудование: 4 конуса, 2 ракетки, 8 кубиков, 2 маленькие мячи, 2 средних мяча, 8 степ-платформ, 2 дуги, разноцветные ленточки, 1 обруч, канат.

Ход мероприятия

Инструктор: Все собрались? Все готовы?

Здоровье укреплять готовы? (*Ответы детей*).

День спорта и здоровья

Начинаем мы сейчас.

Инструктор: Дети, с чего мы утро начинаем? (*Ответы детей*). Правильно, с зарядки. И сейчас мы все вместе сделаем зарядку.

(*Под музыку «Делайте зарядку» повторяют движения*).

Инструктор: В наших соревнованиях учувствуют ребята их разных групп.

Предлагаю вам представить свои команды. (*Представление команд, обращение с кратким приветствием к сопернику*).

Инструктор: Призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успехов. Пусть победит сильнейший.

(команды проходят к месту начала соревнований и выстраиваются в колонны).

Первая эстафета «Полоса препятствий».

Участники прокатывают мяч двумя руками, пролезают дугу, оббегают конус и возвращаются бегом обратно.

Вторая эстафета «Не урони».

У игроков в руках ракетка с мячом. По команде бегут до ориентира и обратно. Передают ракетку следующему участнику и.т.д.

Третья эстафета «Эстафета».

Первый с эстафетной палочкой в руках бежит до ориентира, бежит обратно, передает эстафетную палочку следующему и.т.д.

Четвертая эстафета «Цепочка».

Дети, стоя в колонне. Первый бежит до ориентира, бежит обратно, хватая второго ребенка, бегут вместе, после хватают третьего и.т.д.

Пятая эстафета «Перетяни канат».

Команды становятся друг напротив друга, в руках держат канат. По сигналу начинают перетягивать.

Шестая эстафета «По кочкам»

По команде участники перепрыгивают со ступеньки на ступеньку. Задача участника не наступить на пол.

Подвижная игра «Солнышко»

В середине площадки лежит обруч, разноцветные ленточки лежат в виде лучиков. Под музыку дети бегают вокруг солнца, как только музыка останавливается, задача участника взять лучик (ленточку). Тот, кто не успел взять лучик, выбывает с игры. Игра продолжается до последнего лучика.

Ведущий: С кем, ребята вы дружны

Знать об этом вы должны.

Дети: Солнце, воздух, спорт, вода –

Наши лучшие друзья.

Ведущий: Сегодня мы еще раз убедились, что вы растете сильными, ловкими, смелыми, дружными.