

Спортивное развлечение

«В здоровом теле — здоровый дух»

Воспитатель: Оносова Т.А.

Цель: Приобщать детей к **здоровому** образу жизни и закреплять представления о положительном влиянии занятий физическими упражнениями для **здоровья человека**.

Ход развлечения:

Воспитатель: Сегодня мы покажем и расскажем, как свое здоровье укреплять. У нас все здоровы. Дети занимаются физкультурой, закаляются, после обеда спят, и много гуляют на свежем воздухе.

Если все у вас в порядке, начинаем мы зарядку. (делаем комплекс упражнений с мячами малого диаметра)

Воспитатель: Замечательно, у нас прошла разминка. А сейчас разминка для ума. Загадаю Вам, ребята, я загадку.

Весной сажают,

Это сочный вкусный плод.

Летом поливают,

Он в саду у нас растёт.

Пропалывают, тяпают,

Как зовётся сей продукт,

Осенью выкапывают!

Догадались? Это...

Ответ: Овощи

Ответ: фрукт

Игра «Как живешь?»

Воспитатель. Как живешь?

Дети (хором). Вот так! *(Поднимают большой палец вверх).*

Воспитатель. Как плывешь?

Дети (хором). Вот так! *(Имитируют плавательные движения).*

Воспитатель. Как бежишь?

Дети (хором). Вот так! *(Выполняют бег на месте).*

Воспитатель. Вдаль глядишь?

Дети (хором). Вот так! *(Приставляют руку ко лбу).*

Воспитатель. Ждешь обед?

Дети (хором). Вот так! *(Подпирают щеку рукой).*

Воспитатель. Машешь вслед?

Дети (хором). Вот так! *(Машут рукой).*

Воспитатель. Утром спишь?

Дети (хором). Вот так! *(Закрывают глаза, руки складывают под щеку).*

Воспитатель. А шалишь?

Дети (*хором*). Вот так! (*надувают щеки и хлопают руками по ним*).

Воспитатель: А теперь мы начинаем наши соревнования.

Спортивные конкурсы:

«Переправа» Дети прыгают из обруча в обруч (6 штук)

Игра «Разложи по корзинкам» (разложить фрукты и овощи по разным корзинам.)

«Угадай вид спорта» Дети должны по картинкам назвать вид **спорта**.

Хождение босиком по баллонам, засыпанные разными наполнителями (песок, гравий, пробки от сока и т.д.)

Кольцеброс (попадание колец)

"Попади зайцу в живот"(закидывание мяча в отверстие на небольшом расстоянии)

Подвижная игра "Ловишки"

Воспитатель: Действительно, ребята, для того чтобы быть **здоровым**, нужно не лениться – заниматься физкультурой, делать по утрам зарядку, закаляться, играть в подвижные игры на свежем воздухе, бегать, плавать, кататься на коньках и лыжах, играть в хоккей и футбол, правильно питаться – в общем, вести **здоровый образ жизни!**

Славно мы повеселились,

Поиграли, поскакали,

Очень крепко подружились,

Все вокруг друзьями стали.