### Спортивный праздник в средней группе № 12

### «Со здоровьем всё в порядке!»

**ЦЕЛЬ**: Укреплять физическое здоровье детей.

### Задачи:

* Предоставить детям возможность применять двигательные умения и навыки, приобретенные ранее.
* Развивать любознательность, ловкость, координацию движений.
* Воспитывать любовь к занятиям физической культурой и стремление вести здоровый образ жизни.

###  Вход детей в спортивной одежде под маршевую музыку, построение полукругом.

### ФОН ТРЕК № 1

### Песня «Веселый ветер»

###  Выполнение зарядки по музыку.

###  ФОН ТРЕК № 2

### Веселая зарядка»Солнышко лучистое»

### Садимся на стульчики.

### Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для здоровья»

***Задаются вопросы, а дети отвечают либо «вредно», либо «полезно».***

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.

2. Кушать чипсы и пить газировку.

3. Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.

 4. Гулять на свежем воздухе.

5. Гулять без шапки под дождем.

6. Объедаться конфетами, пирожными и мороженым.

7. Делать по утрам зарядку.

8. Закаляться.

9. Поздно ложиться спать.

10. Кушать овощи и фрукты.

1. **Выполнение движений, сидя на стульчиках под песенку «Зарядка на диване».**

###  ФОН ТРЕК № 3

### Песенка «Зарядка на диване»

### Вопросы детям – какие виды спорта они знают.

###  ФОН ТРЕК № 4

###  Показ слайдов «Виды спорта»

### Игры в групповой комнате.

###  Подвижные игры-эстафеты:

* **«Займи место в обруче» (прыжки, развитие ловкости).**

Дети делятся на две команды. На полу два обруча – синий и красный. Звучит музыка. Как только она стихает – дети занимают место в своем обруче.

**Беседа о полезности овощей. Загадки об овощах.**

**Расту в земле на грядке я,**

**Красная, длинная, сладкая.**

***Морковь***

**Расселась барыня на грядке,**

**Одета в шумные шелка.**

**Мы для неё готовим кадки**

**И крупной соли пол-мешка.**

***Капуста***

**Он никогда и никого**

**Не обижал на свете.**

**Чего же плачут от него**

**И взрослые и дети?**

***Лук***

 **Мы польем его водой.**

 **Как большой карапуз**

 **Сладкий вырастет** *…* ***Арбуз***

**Этот вкусный желтый плод**

 **Прям из Африки плывет,**

 **Обезьянкам в зоопарке**

 **Пищу целый год дает. *Банан***

 **Само оно с кулачок,**

 **Имеет красный бочок,**

 **Дотронешься — гладко,**

 **А откусишь — сладко. *Яблоко***

* **«Перевези овощи»» (бег, координация движений).**

Дети делятся на 2 команды. У каждой команды по машинке. В нескольких шагах в обручах лежат овощи, поровну для каждой команды. Задача детей перевести в свою корзинку овощи по одному. Победитель тот, кто быстрее перевезет все овощи.

* **Игра «Огородная – хороводная»**

**Заключительная часть: Угощение фруктами.**