***Спортивный праздник***

**«Здоровье в ваших руках»**

Подготовила: инструктор по ФК Н.И.Галкина

*Возраст:* 5-6 лет.

*Место проведения:* спортивный зал.

*Задачи:*

- создать у детей радостное настроение, высокий эмоциональный подъем;

- воспитывать умение быть организованными, поддерживать дружеские отношения со сверстниками;

- обогащать родителей знаниями, практическими умениями в организации и проведении детского досуга;

- прививать любовь к занятиям физической культурой и спортом.

*Оборудование:* аудиоаппаратура, записи веселой музыки, конусы, модули, дуги, табло, листы формата Ф4 (по количеству детей), веревка 10м, фломастеры, обручи.

Спортивный зал празднично украшен разноцветными шарами, гирляндами, спортивной символикой.

**Ведущий:** Добрый день, дорогие ребята, уважаемые родители и взрослые гости нашего праздника. Нас встречает страна Спортландия. Сегодня Спортландия собрала дошколят вместе с мамами и папами, сестренками и братишками на спортивный праздник «Здоровье в наших руках».

Кто гантели поднимает,

Дальше всех ядро бросает,

Бегает быстро

И метко стреляет –

Как одним словом

Их всех называют?

Дети отвечают.

Совершенно верно. Это спортсмены. Сегодня на нашем празднике присутствуют настоящие спортсмены-дети вместе со своими родителями. Спортсменам ура!

**Ребенок:** Я, как мама, я, как папа,

С детства спортом увлекаюсь.

Вместе с мамой, вместе с папой

Физкультурой занимаюсь.

И скажу я вам, друзья,

У нас спортивная семья.

**Ведущий:** А сейчас встречаем команды, которые состоят из ребят и их родителей, детям есть с кого брать пример.

Под марш выходят команды и занимают свои места.

Командам приготовитьсяк приветствию!

К а п и т а н 1-й к о м а н д ы. Команда «Дельфин».

Наш девиз: Дельфин плывет всегда вперед

И никогда не отстает.

К а п и т а н 2-й команды. Команда «Чемпионы».

Наш девиз: Чемпионы лучше всех.

Ждут их слава и успех.

**Ведущий:** А кто же сегодня будет наблюдать за действиями команд, их победами и поражениями? Кто самый внимательный, справедливый, честный? Конечно, наши дети. Им выпадает честь быть судьями в сегодняшнем спортивном поединке.

Около каждой команды стоит магнитная доска- табло. Вместе с детьми мы будем на нем показывать результаты команд проведенных эстафет. А какой же мы выберем символ для обозначения результатов? Ну-ка, отгадайте загадку.

Есть у радости подруга

В виде полукруга.

На лице она живет;

То куда-то вдруг уйдет,

То внезапно возвратится

Грусть-тоска ее боится.

**Дети:** Это же улыбка!

**Ведущий:** Совершенно верно, ребята! Символом нашего праздника будет улыбка!

***Интеллектуальный конкурс***

Вопрос для детей первой команды: «Что значит быть здоровым?».

Вопрос для родителей первой команды: «Что значит быть здоровым?». (Взрослые дополняют ответ детей.)

Вопрос для детей второй команды: «Что надо делать для того, чтобы быть здоровым?».

Вопрос для родителей второй команды: «Что надо делать для того, чтобы быть здоровым?».

Ведущий и дети оценивают ответы команд и вывешивают на табло соответствующее количество улыбок.

**Ведущий:**

А сейчас пора размяться,

Прежде чем соревноваться.

В круг скорее все вставайте,

Упражненья выполняйте,

За мною дружно повторяйте.

***Музыкально - ритмический танец «Разноцветная игра»***

Дети и родители выполняют танец по показу ведущего.

***Эстафета 1. Здоровье***

В эстафете участвуют только взрослые. Игроки каждой команды выстраиваются в колонну за своим капитаном у стартовой линии. У ориентира для каждой команды находятся лист бумаги и фломастер. По сигналу первые участники команд преодолевают расстояние до ориентира, берут фломастер и пишут букву З – первую букву слова «здоровье». Далее они возвращаются обратно и передают эстафету своим товарищам.

(Если в командах взрослых окажется меньше, чем буквы в данном слове, предварительно надо договориться, кому выполнить задание дважды.)

Подводят итоги эстафеты. На табло вывешивают улыбки.

***Эстафета 2. Поменяй предмет.***

В эстафете участвуют только дети. Первые участники команд держат в руках мячи. Около ориентира лежит обруч, в котором находится кубик. По сигналу первый участник бежит до ориентира и меняет предмет. Возвращаясь, передает кубик следующему спортсмену и т.д..

Подводят итоги эстафеты. На табло вывешивают улыбки.

***Эстафета 3. Волшебный обруч***

В эстафете участвуют только взрослые. На пути к ориентиру напротив каждой команды лежат два обруча.

По сигналу нужно добежать до обруча, надеть на себя, выйти из него, добежать до следующего обруча сделать то же самое, оббежать ориентир и вернуться в команду. Следующий участник выполняет эстафету.

Подводят итоги эстафеты. На табло вывешивают улыбки.

***Игра – эстафета 4. Кто быстрее соберет овощи***

**Ведущий:**Ребята чтобы быть здоровым нужно употреблять витамины, а они есть в овощах и фруктах. Приглашаем болельщиков средней группы на игру- эстафету «Кто быстрее соберет овощи». По залу будут разложены муляжи овощей и фруктов у детей в руках корзины. Под музыку дети должны быстро собрать в корзину только овощи.

Подводят итоги . На табло вывешивают улыбки.

***Эстафета 5. Змей Горыныч.***

Участвуют взрослые и дети. Строятся тройками. Взрослый в центре по бокам дети. На ноги одевают резинки, соединяющие друг друга, получается четыре ноги. Взявшись за руки, дети машут руками как крыльями, взрослый голова. В таком виде они добегают до ориентира, оббегая его, возвращаются назад и передают резинки следующей тройки.

Подводят итоги эстафеты. На табло вывешивают улыбки.

**Ведущий:** На этом наш спортивный праздник заканчивается. Пока строгое жюри подводит итоги, я предлагаю поиграть в подвижную игру.

***Игра «Капканчики»***

Взрослые встают парами, берутся за руки и поднимают руки вверх. Под веселую музыку дети бегают по залу, забегая в эти воротики. С окончанием музыки взрослые опускают руки, стараясь удержать в них ребенка. Те дети, которых поймали, тоже встают парами и наравне со взрослыми делают воротики. Игра продолжается.

Ведущий объявляет итоги спортивного праздника. Происходит награждение команд.

Ходим сказать всем до свидания

И помахать вам всем рукой.

Хотим сказать вам на прощанье

До новых, новых, новых встреч.

**Физкультурное развлечение**

**«Непослушные мячи»**

***(Средняя группа)***

**Подготовила: инструктор по ФК**

**Н.И. Галкина**

**Задачи:**

**-** ознакомить с новыми свойствами предмета и повторить ранее разученные упражнения с мячом;

- развивать быстроту, ловкость;

- воспитывать у детей интереса к играм с мячом, бережного отношения к спортивному инвентарю.

*Дети под веселую музыку заходят в зал, где разбросаны мячи по полу. Садятся на скамейки.*

**Ведущий:** Стукнешь о стенку – а я отскочу.

Бросишь на землю – а я подскочу.

Я из ладоней в ладони лечу –

Смирно лежать я никак не хочу.

Скажите ребята, что это?

«Это мяч», - догадываются дети.Я вам расскажу сказку: «Как-то раз я зашла в зал и увидела, что все мячи раскатились по всему залу. Но не обратив на это внимания, собрала их опять в корзину, а на следующее утро увидела тоже самое. И тогда я решила подсмотреть, кто же разбрасывает наши мячи по залу, и услышала такой разговор: спорили мячи между собой, кто из них лучше, кто выше прыгнет, дальше катится, у кого одежда ярче. Самые большие мячи – набивные, сказали, что они самые сильные, а значит лучшие. Те, которые красные, заявили, что могут выше всех прыгать, а разноцветные маленькие хвастались: «Мы так далеко и быстро катимся, что даже ребята нас не догонят». Спорили они, спорили и доспорились до того, что все попадали со своих мест и раскатились по залу. Лежат в одиночку и думают: «Если бы ребята помогли нам вернуться в наш домик, мы бы помирились и стали жить дружно».

Ведущий предлагает детям собрать мячи на свои места.

Когда все мячи собраны и расположены по своим местам, ведущий продолжает: «Собрались вместе, мячи сначала лежали тихо, но потом опять заспорили, и корзина снова перевернулась. (Ведущий рассыпает мячи по залу). Какие же непослушные мячи! Давайте посмотрим, а кто же помогает мячам выполнять все упражнения».

*Ведущий проводит с детьми общеразвивающие упражнения с мячами под музыку «Улыбка».*

Самостоятельная работа с мячом:

- бросание об пол;

- бросание вверх;

- бросание через веревку;

- метание в цель.

Работа с мячом в парах:

- катание мяча друг другу сидя, стоя;

- перебрасывание мяча в паре.

***Подвижная игра «Салют».*** Ведущий подбрасывает малые мячи разного цвета вверх «Салют», а дети собирают мячи в корзины по цвету. Ведущий смотрит, правильно ли собрали мячи по цвету.

***Спокойная игра «Найди мячик».***

**Ведущий:** Ребята, я думаю, что мячи больше не будут спорить, кто лучше, потому что каждый важен и нужен для выполнения разных упражнений. Под музыку дети выходят из зала.