**День здоровья «Олимпийские надежды»**

Старшая, средняя группы.

Цели: 1. Вызвать у детей желание заниматься физкультурой, быть здоровыми, сильными, ловкими, уверенными в себе.

2. Предоставить детям возможность применять двигательные умения и навыки, приобретенные ранее.

3. Дать элементарные знания о символике Олимпийских игр.

Оборудование: обручи, кегли, «снежки», канат для перетягивания, игрушки-символы Олимпиады, музыкальные диски.

*Ход дня здоровья.*

1. Выход групп на площадку под гимн Олимпиады. Построение в круг.

Полюбуйтесь, поглядите на веселых дошколят.

Олимпийские надежды нынче ходят в детский сад.

Любим прыгать, любим бегать,

Отжиматься и играть,

Веселиться и скакать!

1. *Разминка.*

* Ходьба по кругу на «лыжах», на «коньках».
* Ходьба «змейкой» между кеглями
* Ходьба с остановкой по сигналу

**Игра «Снежная карусель»**

Еле-еле, еле-еле закружились карусели…

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом.

Тише, тише , не спешите,

Карусель остановите.

1-2, 1-2

Вот и кончилась игра.

1. *Общеразвивающие упражнения.*

Чтоб здоровья нам набраться,

Нужно спортом заниматься.

Чтобы сильными расти

На зарядку выходи.

**Игра « Ровным кругом»**

Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг

Стой на месте!

Дружно вместе

Сделаем вот так !

Повороты, наклоны, приседания после показа воспитателя.

1. *Игры* *с использованием игрушек-символов Олимпиады*

**Заморозка.**

Дети стоят вне круга. По команде запрыгивают в круг. Водящий с игрушкой белого медведя в руках старается их «заморозить». Побеждает тот, кто остался не «замороженным».

**Гепарды.**

Мы веселые ребята

Любим бегать и играть

Ну, попробуй нас догнать.

Водящий с игрушкой-символом догоняет. Побеждает тот, кого не запятнали.

**Зайки.**

Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между кеглями до определенной черты. На финише ждет ведущий с зайкой-символом, который подбадривает детей.

**Снайперы**

Эстафета «Забрось снежок в корзинку». Чья команда больше забросит снежков.

**Перетягивание каната.**

1. *Подведение итогов дня здоровья.*
2. *Уход с площадки под Гимн Олимпиады.*