## Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 4

**Спортивный праздник «День Физкультурника».**

***(для всех возрастных групп).***

****

*Инструктор ФИЗО: Позднякова О.В.*

*Музыкальный руководитель: Ефимова Е.М.*

г. Рассказово-2013 год.

**1. Цель физкультурного праздника** - пропаганда массовости физической культуры и спорта.

**2. Задачи:**

Развитие у детей интереса к занятиям физкультурой, содействие творческому проявлению физических и волевых условий соревнования.

Воспитание чувства гордости за спортивные достижение страны.

**Инструктор Физо:** Все собрались? Все здоровы? Бегать и играть готовы? На спортивную площадку приглашаю, дети, вас. Сегодня у нас весёлый праздник-день физкультурника. В нашем саду мы проведём наш праздник с использованием подвижных игр, эстафет, конкурсов, загадок.

Полюбуйтесь, поглядите на весёлых дошколят.

Олимпийские надежды нынче ходят в детский сад.

За рекордом ждёт рекорд, смотрят с завистью игрушки.

На ребят, что любят спорт.

**1 Ребёнок:**

Быть здоровым, сильным, ловким,

нам страна дала наказ.

Каждый твёрдо знает: физкультура укрепляет.

Наши мышцы, тело. Физкультура помогает - сильным быть и смелым.

**2 Ребёнок:**

Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну, а утром не лениться –

На зарядку становиться!

***Ритмическая разминка «Мы ногами, мы руками».***

Мы ногами топ-топ (топают ногами),

Мы руками хлоп-хлоп (хлопают руками),

Мы глазами миг-миг (мигают глазами),

Мы плечами чик-чик (поднимают поочередно то правое, то левое плечо).

Раз – сюда, раз – туда,

Повернись вокруг себя. (Повороты вокруг себя.)

Раз – присели (приседают, руки на поясе),

Два – привстали (поднимаются, руки на поясе).

Руки кверху все подняли (поднимают руки вверх),

Сели – встали, сели – встали (приседают, встают, руки на поясе).

Ванькой-встанькой словно стали. (Легкое покачивание головой вправо-влево.)

Руки к телу все прижали

И подскоки делать стали.

А потом пустились вскачь,

Будто мой упругий мяч. (Инструктор ФИЗО в среднем темпе ударяет мячом о пол, дети в такт прыгают вместе с ударами мяча, легко и как можно выше.)

Раз-два, раз-два, Заниматься нам пора. (Шагают на месте.)

**Инструктор Физо:** Чтоб расти и закаляться, будем спортом заниматься.

Закаляйся детвора, в добрый час – Физкульт-ура!!!

***Дети средней группы поют песню «Физкульт-ура»!!!***

**Инструктор Физо:** Сегодня у нас пройдут соревнования между ребятами. Мы посмотрим. В какой команде самые смелые, ловкие и умелые ребята. Ребята к нам с вами на праздник почтальон Печкин принес посылку с письмом, давайте его прочитаем и посмотрим что там. (Чтение письма).

**Инструктор Физо:** Ребята приступим к выполнению заданий, и попробуем открыть волшебную посылку.

***1 Эстафета «Скакуны».***

Покажем какие мы ловкие и сильные (проскакать на палочке – «лошадке» до финиша и обратно, передать палочку – «лошадку» следующему участнику).

*Эстафету выполняют дети средней группы.*

***2 Эстафета « Снайпер».***

(Сбить кегли при помощи мяча). *Эстафету выполняют дети старшей группы.*

***Игра -******выполняют******дети второй младшей группы: "У жирафов"***

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде. У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

(Хлопаем по всему телу ладонями)

На лбу, ушах, на шее, на локтях, на носах, на животах, на коленях и носках.

(Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде. (Щипаем себя, как бы собирая складки)

На лбу, ушах, на шее, на локтях, на носах, на животах, на коленях и носках. (Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела)

У котяток шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде. У котяток шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде; (Поглаживаем себя, как бы разглаживая шёрстку)

На лбу, ушах, на шее, на локтях, на носах, на животах, на коленях и носках. (Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).

А у зебры есть полоски, есть полосочки везде. А у зебры есть полоски, есть полосочки везде. (Проводим ребрами ладони по телу (рисуем полосочки) на лбу, ушах, на шее, на локтях, на носах, на животах, на коленях и носках; (Указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).

***3 Эстафета «Без рук, без ног».***

(По два человека переносят мяч не задевая его руками, зажав между животами). *Дети старшей и подготовительной группы.*

**Инструктор по Физо:** Ребята, а кроме спортивных упражнений для здоровья , что необходимо? А вы любите чистоту, порядок, умываться, чистить зубы, делать зарядку!

Это мы сейчас проверим!

***Игра «Это я, это я – это все мои друзья…».***

**(**Ведущий читает начало фразы, если зрители согласны с высказыванием, отвечают «Это – я, это – я, это все мои друзья!», если не согласны, высказывают протест, например, топают).

Кто ватагою веселой, каждый день шагает в сад?

Кто любит маме «помогать», по дому мусор рассыпать?

Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?

Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей?

Кто одежду «бережет», под кровать ее кладет?

Кто ложиться рано спать, в ботинках грязных на кровать?

***4 Эстафета «Светофор».***

На расстоянии 20 м расположены 3 обруча, (внутри которых лежат по кубику, зелёный, жёлтый и красный). За флажком расположен стол. По сигналу первый участник собирает кубики из обручей, добегает к столу и ставит их в порядке цветов «светофора» зелёный, жёлтый, красный; передаёт эстафету следующему игроку. Сам становится в конец колонны. *Дети подготовительной группы.*

**Инструктор Физо:** Молодцы ребята, а предлагаю вашему вниманию загадки

**Загадки:**

1. Просыпаюсь утром рано. Вместе с солнышком румяным.

Заправляю сам кроватку, быстро делаю …. зарядку

2. Хочешь ты побить рекорд? Так тебе поможет…(Спорт)

3. Ясным утром вдоль дороги на траве блестит роса .По дороге едут ноги и бегут два колеса.

4. У загадки есть ответ? Это мой … (велосипед)

5. Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони. А блестящие …(коньки)

6. Чтоб большим спортсменом стать. Нужно очень много знать.

Вам поможет здесь сноровка. И, конечно, … (тренировка)

7. Не обижен, а надут, его по полю ведут.

А ударят – нипочем – не угнаться за … мячом

8. Этот конь не ест овса, вместо ног два колеса.

Сядь верхом, езжай на нем, только лучше правь рулем. (Велосипед)

9. Обе по снегу бегут, обе песенки поют,

Обе ленты на снегу, оставляют на бегу. (Лыжи)

**Инструктор Физо:** Сейчас мы испытаем силу «Армрестлинг» - на руках (по желанию детей).

Праздник веселый удался на славу,

я думаю всем он пришелся по нраву.

Прощайте, прощайте, все счастливы будьте,

здоровы, послушны и спорт не забудьте!

Со спортом дружите, в походы ходите,

и скука вам будет тогда нипочем.

Мы праздник кончаем и всем пожелаем,

здоровья, успехов и счастья во всем!

(Подведение итогов, подсчитываются звезды у команд, Открывается посылка от Айболита, в которой детей ждет сюрприз - фрукты и сок).

Используемая литература:

Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ».

Аксёнова З.Ф. «Праздники и развлечения в детском саду».

Железнов С.Ю. «Ритмика и гимнастика в ДОУ».