**Ход занятия:**

Беседа, предполагаемые вопросы:

- Что приносит пользу нашему здоровью?

- Полезны ли человеку движения?

- Где и как можно двигаться?

- Какие виды спорта вы знаете?

-Почему полезен спорт?

-Найдите и расскрасте спортинвентарь.

- **Отгадайте загадки**:

И мальчишки, и девчонки

Очень любят нас зимой,

Режут лёд узором тонким,

Не хотят идти домой.

Мы изящны и легки,

Мы – фигурные …

**(коньки)**

Ему бассейн так приглянулся –

Он тут же в воду бултыхнулся,

Помчался стилем баттерфляй,

Теперь спортсмена отгадай.

**(пловец)**

Силачом я стать решил,

К силачу я поспешил:

- Расскажите вот о чем,

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет,

Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ...

**(гантели)**

Он съел коня,

Он съел слона

И победил.

Гордись, страна!

**(шахматист)**

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -

Там идёт игра - ...

**(хоккей)**

Соберем команду в школе

И найдем большое поле.

Пробиваем угловой -

Забиваем головой.

И в воротах пятый гол!

Очень любим мы ...

**(футбол)**

Есть у нас коньки одни,

Только летние они.

По асфальту мы катались

И довольными остались.

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса,

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ –

Это мой …

**(велосипед)**

Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь –

Все упражненья по порядку!

Поможет вырасти …

**(зарядка)**

Коль крепко дружишь ты со мной,

Настойчив в тренировках,

То будешь в холод, в дождь и зной

Выносливым и ловким.

**(спорт)**

Спортсмены лишь лучшие

На пьедестале,

Вручают торжественно

Всем им …

**(медали)**

4) А теперь посмотрим видеоклип о спорте и сделаем зарядку вместе с его героями.

5) Игра: «ПОПАДИ В КОЛЬЦО»