

Конспект физкультурного праздника «День здоровья» в старшей группе

Выполнила: Журавлева С.А.

Цель. Пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в ДОУ.

1. Вводная часть

Инструктор:

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься

Надо всем, ребята, нам!

Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку —

Утром сделаем зарядку!

Инструктор говорит текст и сопровождает его движениями, дети повторяют за взрослым.

На болоте две подружки,

Две зеленые лягушки

Утром рано умывались,

Полотенцем растирались,

Ножками топали,

Ручками хлопали,

Вправо, влево наклонялись

И обратно возвращались.

Вот здоровья в чем секрет —

Всем друзьям – «Физкульт-привет!»

2. Основная часть

1. Эстафета «Кто быстрее»

(бег между кеглями до ориентира и обратно)

2. Эстафета «Самый ловкий»

(прыжки через 5 палок на двух ногах, и забросить мяч в корзину)

Ведущий 1: А сейчас все отдыхаем, и загадки отгадаем.

1) Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора

Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» -

Значит там игра -. (Хоккей)

2) Две новые,

кленовые

Подошвы двухметровые.

В них поставил две ноги —

И по большим снегам беги! (Льжи)

3) Каждый вечер я иду

Рисовать круги на льду.

Только не карандашами,

А блестящими, (Коньками)

4) За веревочку коня

В горку я тащу,

Ну а с горки быстро я

На коне лечу! (Санки)

5) Этой палкой бей смелее,

Чтоб удар был, как из пушки,

Эта палка - для хоккея

И она зовется. (Клюшка)

6) Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь –

Все упражненья по порядку!

Поможет вырасти ... (зарядка)

7) Любого ударишь –

Он злится и плачет.

А этого стукнешь –

От радости скачет! (мяч)

8) Я его кручу рукой,

И на шею и ногой,

И на талию кручу,

И ронять я не хочу. (обруч)

Молодцы участники наши не только быстрые, и ловкие, но ещё и умные.

Значит, продолжаем соревнование,

И вот вам новое испытание.

3.Эстафета «ПЕРЕШАГНИ ОСТРОВОК»

(перешагивают через обручи, переставляя их)

3.Эстафета «Веселый бег». Первый участник бежит с кубиком до ориентира, обегает фишку, возвращается обратно, передает эстафету следующему участнику, тот забирает кубик и т.д.

3. Заключительная часть.

Ведущая:

Что ж настал у нас сейчас

Самый долгожданный час.

Все вы были молодцы,

И отважны и честны.

Показали ловкость, силу.

Выступали так красиво!

Ведущий 1: вот и подходит к концу наш спортивный праздник. Всем спасибо за участие.