**РАЗВЛЕЧЕНИЕ НА ТЕМУ: ДЕНЬ ФИЗКУЛЬТУРНИКА «УКРЕПИМ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ» В ГРУППЕ «СОЛНЫШКО»**

Цель: приобщение детей к физической культуре и здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Активизировать двигательную деятельность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве.

2. Прививать любовь к спорту и физической культуре.

3. Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах.

4. Создать радостное эмоциональное настроение.

Место проведения: спортивная площадка

Материал и оборудование: кегли, две ложки, два теннисных мяча, канат, два мяча, два обруча.

Ход.

Дети выходят на спортивную площадку. *(Звучит марш)*



Инструктор по ФК:

Здравствуйте ребята! Сегодня вся наша страна празднует **День** всех активных людей – **День физкультурника. Физкультурник - это кто**? *(Диалог о том кто такие* ***физкультурники****)* Молодцы, а теперь давайте послушаем стихи о **физкультуре.**



Стихи читают дети.

Чтоб здоровым быть сполна

**Физкультура всем нужна.**

Для начало по порядку-

Утром делаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решенье

Бег полезен и игра

Занимайся детвора!

Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От **занятий физкультурой**

Будет стройная фигура

Нам полезно без сомненья

Все, что связано с движеньем.

Инструктор по ФК:

- Ребята желаем каждой команде не только побед, но и бодрого настроения в течение всех состязаний, а также, чтобы участие в эстафетах стало полезным в укреплении вашего здоровья. Но любые спортивные дистанции начинаются с разминки. Мы тоже не будем отставать от традиций и сделаем музыкальную разминку. Повторяйте за мной и не забывайте улыбаться, ведь улыбка тоже укрепляет наше здоровье и помогает настроиться на победное настроение.





Делаем зарядку под композицию *«Недетское время»*.

Инструктор по ФК:

Молодцы! Ну, что ж, разогрелись и пора нам переходить к самому интересному - эстафетам! Команды, приготовиться к забегам, **занять свои места**!



Под музыку команды выходят на площадку и строятся в две колонны.

Инструктор по ФК:

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…»*.



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?

Проведение эстафет.



Эстафета *«Извилистый бег»*.





Эстафета *«Пройди и не урони»*



Эстафета *«Пронеси не урони»*



Эстафета *«Препятствия»*.



Инструктор по ФК:

Приглашаю участников показать свою смекалку – отгадать загадки о спорте.

Михаил играл в футбол

И забил в ворота *(Гол)*

Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным

Заправляю я кроватку,

Быстро делаю … *(Зарядку)*

Упадет – поскачет,

Ударишь, не плачет,

Он всегда несется вскачь,

Разноцветный круглый *(Мяч)*

На снегу две полосы,

Удивились две лисы,

Подошла одна поближе:

Здесь гуляли чьи-то *(Лыжи)*

Мне загадку загадили:

Это что за чудеса?

Руль, седло и две педали,

Два блестящих колеса.

У загадки есть ответ,

Это мой *(Велосипед)*

Каждый вечер я иду,

Рисовать круги на льду,

Только не карандашами

А блестящими … *(Коньками)*

Вы подумайте, ребятки.

На чем спортсмены – мастера

Скачут с самого утра?

И с разбегу и на месте,

И двумя ногами вместе

Саши, Лены и Наталки

Крутят весело … *(Скакалки)*

Силачом я стать хочу,

Прихожу я к силачу:

Расскажите вот о чем –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

Очень просто. Много лет

Ежедневно встав с постели

Поднимаю я … *(Гантели)*



Забава *«Прыгни дальше»*



Забава *«Перетягивание каната»*

Инструктор по ФК:

Молодцы ребята, справились с заданиями. Вы все отлично постарались, и у нас победила дружба. А дружба, как известно, начинается с улыбки. Так давайте, подарим друг другу самую добрую, какую только можно улыбку.

Нам пора прощаться и на прощанье давайте дружно скажем девиз сегодняшнего дня…



*«****Физкульт – Ура****! Ура! Ура!»*