

## МЕРОПРИЯТИЕ НА ДЕНЬ ФИЗКУЛЬТУРНИКА

### **Цель:**

Повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.

Подготовила:

Воспитатель

Лукиянцева Г.И.

### **Задачи:**

Цель: повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.

Задачи:

- Активизировать двигательную деятельность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве
- Прививать любовь к спорту и физической культуре;
- Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;
- Создать радостное эмоциональное настроение.

**Оборудование:** проигрыватель, мячи, обручи, конусы, кубики, клюшки, картинки «Виды спорта», медали.

### «Доктор Пилюлькин и Витамин С»

Утро

Доктор Пилюлькин: Здравствуйте, дети! Меня зовут доктор Пилюлькин, и сегодня я с вами проведу зарядку (под песню «Солнышко лучистое»)

Попрошу я всех стоять

И команды выполнять.

Все дышите! Не дышите!

Выдохните! А потом вдохните!

Наклонитесь! Разогнитесь!

Улыбнитесь! Подтянитесь!

На зарядку становитесь!

После второго завтрака

Ведущий: Сегодня у нас весёлый праздник – День Физкультурника.

Всем ребятам мой привет!

И такое слово «Спорт» любите с детских лет!

Ну-ка, дружно, детвора,

Крикнем все: «Физкульт – Ура!»

## Выходит Витамин С (под музыку)

Витамин С: Здравствуйте, ребята! Угадайте, как меня зовут?

Землянику ты сорвешь – в яголке меня найдешь!

Я в смородине, в капусте, в яблоке живу и луке,

Я в фасоле и картошке, в помидоре и горошке!

От простуды и ангины помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

Кто же, я?

Ответ детей: Витамин С

Витамин С: Правильно, ребята! Я нахожусь почти во всех свежих овощах и фруктах. Если вы простудились – немедленно ешьте продукты с витамином С.

Ведущий: Да, ребята, витамин С – это витамин здоровья, энергии и красоты.

Витамин С: Чтобы быть здоровыми надо не только правильно питаться, но и физкультурой заниматься. Предлагаю вам поиграть.

### 1. Эстафета «Самый ловкий» - с мячом.

Делимся на 2 команды (жеребьевка)

Первые участники бегут с мячом до обруча, встают в него и кидают мяч следующему участнику команды. Второй участник ловит мяч и с ним бежит в освободившийся обруч. Первый участник встает в конец колонны и т. д.

Витамин С : Какие вы ловкие и спортивные, ребята!

Ведущий: Витаминка, а наши дети ещё и очень хорошо разбираются в видах спорта, вот послушай.

## Игра «Назови вид спорта»

Ведущий показывает изображения видов спорта (картинки) и дети их называют.

Витамин С : Молодцы, ребята! А сейчас мы с вами поиграем в игру с клюшками. Кто знает, в каком виде спорта используют клюшки?

Ответ детей: хоккей!

### 2. Эстафета «Летний хоккей» - с клюшками и кубиками

Первый игрок с помощью клюшки обводит кубик вокруг конусов и передает другому игроку.

Ведущий: Какие вы молодцы! Как весело и бодро вы играете! Но здоровье это не только физическое развитие. Давайте покажем Витаминке, какие вы умные! Отгадайте загадки!

### Загадки о спорте

1. Михаил играл в футбол  
И забил в ворота . . . (гол)
  2. Просыпаюсь утром рано  
Вместе с солнышком румяным  
Заправляю я кровать  
Быстро делаю . . . (зарядку)
  3. Упадёт – поскачет  
Ударишь – не плачет  
Он всегда несётся вскачь  
Разноцветный, круглый . . . (мяч)
  4. На снегу две полосы  
Удивились две лисы.  
Подошла одна поближе:  
Здесь гуляли чьи-то . . . (лыжи)
  5. Мне загадку загадали:  
Это что за чудеса?  
Руль, седло и две педали,  
Два блестящих колеса.  
У загадки есть ответ  
Это мой . . . (велосипед)
  6. Вы подумайте ребятки.  
На чём спортсмены – мастера  
Скачут с самого утра?  
И с разбегу и на месте,  
И двумя ногами вместе.  
Саши, Лены и Наташки  
Крутят весело . . . (скакалки)
- Витамин С: Какие вы умные, ребята! Всё знаете! А сейчас в завершении нашего спортивного праздника, я предлагаю вам пробежать со мной марафон. Все согласны?
- Ответ детей: согласны.

Бежим один круг вокруг детского сада и предлагаем другие группы к нам присоединиться.

В завершении мероприятия – финальный совместный танец и награждение медальками участников.