

*Капич Надежда Ивановна, воспитатель  
муниципального бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения  
Центра развития ребёнка-детского сада №7 «Ромашка»  
города Новоалтайска Алтайского края*

### **Развлечение «День физкультурника»**

**Цель:** создать условия для активизации двигательной активности детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве.

**Задачи:**

- Создать радостное эмоциональное настроение.
- Развивать физические качества, выдержку и внимание в играх и эстафетах.
- Способствовать привитию любви к спорту и физической культуре, здоровому образу жизни.

**Место проведения:** спортивная площадка.

**Материал и оборудование:** кубики, две ложки, два теннисных мяча, канат, два мяча, тоннель, конусы.

**Ход:** Дети строятся на спортивной площадке.

**Стихи читают дети.**

1. Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку-

Утром делаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решенье

Бег полезен и игра

Занимайся детвора!

2. Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От занятий физкультурой

Будет стройная фигура

Нам полезно без сомненья

Все, что связано с движеньем.

3. Спортивные люди – они так красивы

В них столько энергии, бодрости, силы.

Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?

Лишь спорт тебе в этом отлично поможет.

4. Здоровье усилит, успехов прибавит.

От скуки, безделья тебя он избавит.  
Поверь ты в себя и добейся высот  
О чем ты мечтал, даст тебе только спорт.

**Воспитатель :**

Ребята, желаем каждой команде не только побед, но и веселого настроения. Ведь участие в эстафетах укрепляет ваше здоровье. Любые спортивные развлечения начинаются с разминки, и мы тоже не будем отставать от традиций и сделаем ее под музыку. Повторяйте за мной и не забывайте улыбаться, ведь улыбка тоже укрепляет наше здоровье и помогает настроиться на победное настроение.

**Делаем зарядку под композицию «Солнышко лучистое»**

**Воспитатель:**

Ну, что ж, разогрелись?!

Пора нам переходить к самому интересному - эстафетам!

Команды, приготовиться, занять свои места!

Ребята, а кроме спортивных упражнений для здоровья, что необходимо?  
Соблюдать чистоту, порядок, умываться, чистить зубы, делать зарядку!

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

- 1) Кто вприпрыжку и веселый, каждый день шагает в сад?
- 2) Спросим мы сейчас у всех: кто здесь любит пляску, смех?
- 3) Кто любит маме «помогать», по дому мусор рассыпать?
- 4) Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?
- 5) Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей?
- 6) Кто привык у вас к порядку, утром делает зарядку?
- 7) Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?
- 8) Кто одежду «бережет», под кровать ее кладет?
- 9) Кто ложиться рано спать, в ботинках грязных на кровать?
- 10) Кто поел и чистит зубки, ежедневно дважды в сутки?
- 11) Кто мороза не боится, на коньках летит как птица?

**Проведение эстафет.**

**Эстафета «Извилистый бег»**

**Пробеги по тропинке**

Спортивное оборудование: кубики.

Исходная позиция команды: в колонну по одному .

Правила эстафеты: по моей команде участники по очереди бегут по заданной дистанции, оббегая змейкой кубики туда и обратно. Победившей считается команда, первой справившейся с заданием.

**Эстафета «Пройди и не урони».**

**Дружные ребята**

Двое детей, стоя, лицом друг к другу, без помощи рук не сильно зажать шарик между грудью и стараются пройти до конуса и вернуться обратно.

**Эстафета «Пронеси не урони».**

**Донеси витаминку**

Пронести на ракетке воланчик до конуса и вернуться обратно.

### **Эстафета «Тоннель».**

#### **Дорожка здоровья**

Прыгнуть через обруч и проползти в тоннель. Обратно бегом.

#### **Воспитатель:**

Ребята, а теперь покажите свою смекалку, отгадайте загадки о спорте.

Просыпаюсь утром рано  
Вместе с солнышком румяным  
Заправляю я кровать,  
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)

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)

#### **Забавы.**

«Лукошко» собрать в корзину все раскиданные на площадке маленькие мячики.

#### **Воспитатель:**

Молодцы ребята, справились с заданиями.

На прощанье давайте дружно скажем девиз сегодняшнего дня... «Физкульт – Ура! Ура! Ура!»