**МДОУ «Детский сад №42»**

**Конспект**

**спортивного праздника**

**«Если хочешь быть здоров - закаляйся!»**

**(подготовительная группа)**



Провела: Стаматова Н.Р.

Апрель 2016г.

**Цель : Пропаганда здорового образа жизни.**

**Задачи:**

1. **Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества.**
2. **Формировать навыки сотрудничества друг с другом.**

**Ход праздника.**

**Ведущий**: на спортивную площадку

Приглашаем всех сейчас

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

(Под спортивный марш входят в зал дети)

Стихи.

**Вика:**

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам

Физкультурой заниматься,

Заниматься надо нам.

**Алеша:**

Чтоб расти нам- сильными,

Ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам

Мы зарядку делаем.

**Влада:**

К солнцу руки поднимаем,

Дружно, весело шагаем,

Приседаем и встаем

И ничуть не устаем!

Ведущий: в нашем празднике участвуют две команды:

«Крепыши» и «здоровячки»

(команды говорят свои приветствия)

«Крепыши»

Давайте спортом заниматься!

Давайте будем закаляться,

И руки мыть - не забывать

И день здоровья отмечать.

«Здоровячки»

Навеки спорту верным быть

Здоровье с юности хранить

Не плакать и не унывать

Соперников не обижать.

**Ведущий:** ребята, а как вы понимаете, что такое здоровье? И что надо делать, чтобы быть здоровым?

1.Делать утром зарядку обязательно.

2.Мыть руки перед едой.

3.Закаляться.

4.Чистить зубы утром и вечером перед сном.

5.Заниматься физкультурой и спортом.

**Ведущий:** Вот мы сейчас и будем заниматься физкультурой, мы будем с вами соревноваться.

А судить наши соревнования будет жюри в составе:

1.Шабанова Валентина Николаевна.

2.Кондратьева Ирина Николаевна.

**1конкурс: Отгадай загадку.**

1.Две сестры летом зелены

К осени одна краснеет,

Другая чернеет.(смородина)

2.Сидит бабушка на грядках,

Вся она в заплатках,

А заплатку оторвешь

Заплачешь и уйдешь.(лук)

3.Круглое,румяное,

Я росту на ветке

Любят меня детки.(яблоко)

4.Кинешь в речку - не тонет,

Бьешь о стенку - не стонет,

Будешь озимь кидать,

Станет кверху летать. (мяч)

5.Деревяные кони по снегу скачут,

В снег проваливаются. (лыжи)

6.Этот конь не ест овса,

Вместо ног 2 колеса.

Сядь верхом и мчись на нем

Только лучше правь рулем.(велосипед)

7.Костяная спинка, жесткая щетинка

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.(зубная щетка)

8.Лег в карман и караулит реву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез, не забудет и про нос .(платок)

Еще одно правило для укрепления здоровья- это конечно же физкультура!

Ребята в детском саду занимаются спортом.

Каждая команда занимает свои места для начало эстафет.

**2 конкурс: эстафета «Пингвины»**

**3 конкурс: «Кто быстрее передаст мяч»**

**4 конкурс для родителей.**

**Ведущий:**

А сейчас мне хочется пригласить тех, кто всегда приходит к нам на выручку, тех кто всегда является нашей поддержкой и опорой, кто любит нас и победителями и побежденными, тех кого и мы любим всей душой, больше всех на свете. Кто же это? Наши родители.

Я предлагаю вам игру, в которой участвует две пары человек. Всем им я завяжу глаза.

Одному участнику из каждой пары дам апельсин, другого посажу на стул перед первым. Нужно быстро почистить апельсин на дольки и по кусочку аккуратно скормить своего напарника. Та пара, которая выполнит задание быстрее победит.

**5 конкурс эстафета: «Кто быстрее принесет мешочек на голове и не уронит»**

**6 конкурс: «Прыжки в мешке»**

**7 конкурс для родителей.**

Я начну, а вы кончайте!

Дружно хором отвечайте!

-Холода не бойся, сам по пояс…(мойся)

-Больной лечись, а здоров…(берегись)

-В здоровом теле…(здоровый дух)

-До свадьбы …(заживет)

-Одна кожа да…(кости)

-У кого что болит, тот о том и…(говорит)

-Еле-еле душа в…(теле)

-Пешком ходить -долго…(жить)

-Солнце, воздух и вода…(наши верные друзья)

-И смекалка нужна, и закалка…(важна)

-Кто любит спорт, тот…(здоров и бодр)

-Кто спортом занимается, тот силы…(набирается)

-Здоровье дороже…(богатства)

**8 конкурс: «На болоте»**

Двум участникам дают по два листа бумаги. Они должны перейти через «болото» по «кочкам»-листам бумаги. Нужно положить лист на пол, встать на него двумя ногами, а другой лист положить впереди себя. Переступить на другой лист, обернуться, взять снова первый лист и положить впереди себя.

**9 конкурс: «Конкурс капитанов»**

Каждому ребенку привязать к лодыжке воздушный шарик. Правой ногой нужно наступить и лопнуть воздушный шарик противника.

**10 конкурс: «У кого останется меньше воздушных шариков»**

По команде начинаем перекидывать шарики другой команде. Побеждает та команда, на чьей половине останется меньше всего шариков.

**11 конкурс заключительный: «Перетягивание каната»**

Подвижная игра под музыку вместе с родителями «Ручку правую вперед, а потом ее назад…»

**Подведение итогов. Оценки жюри. Сладкие призы участникам праздника.**

****













