**День здоровья в**

**подготовительной группе**

**Подготовила и провела инструктор по ФК: Буданова Т.Ю.**

**Цель:**

• Привлечь детей к занятиям физической культурой и спорт

• Развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость, гибкость.

• Обеспечивать высокую двигательную активность детей

**Ведущий**: Все собрались? Все здоровы? Бегать и играть готовы? На спортивную площадку приглашаю, дети, вас.

**Ведущий:**

Чтоб расти и закаляться,

Будем спортом заниматься.

Закаляйся детвора,

В добрый час – Физкульт-ура!!!

**Ведущий**. Сегодня у нас пройдут соревнования между ребятами. Мы посмотрим. В какой команде самые смелые, ловкие и умелые ребята.

**1 Эстафета «Скакуны»**

- Покажем какие мы ловкие и сильные (проскакать на палочке – «лошадке» до финиша и обратно, передать товарищу)



**2 Эстафета. «Клюшки»**

(при помощи клюшки довести до финиша шайбу и обратно.).

 

**3 Эстафета  « Снайпер»**

(Сбить кегли при помощи мяч)



**4 эстафета «Без рук, без ног»**

(По два человека перенести мяч не задевая его руками, зажав между животам



**5 Эстафета«Переправа»** (Капитаны за рулем – в обруче, подбегают к команде и по одному человеку перевозят к финиш

****

**Ведущий**: Молодцы ребята, а предлагаю вашему вниманию загадки

**Загадки:**

1 Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным

Заправляю сам кроватку, быстро делаю …. зарядку

2 Утром раньше поднимайся,

Прыгай, бегай, отжимайся.

Для здоровья, для порядка

Людям всем нужна….(зарядка)

3 Хочешь ты побить рекорд?

Так тебе поможет…(Спорт)

4 Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ:

Это мой … (велосипед)

5 Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несу меня не кони,

А блестящие …(коньки)

6 Чтоб большим спортсменом стать,

Нужно очень много знать.

Вам поможет здесь сноровка,

И, конечно, … (тренировка)

7 Не обижен, а надут,

Его по полю ведут.

А ударят –нипочем –

Не угнаться за … мячом

8 Этот конь не ест овса,

Вместо ног два колеса.

Сядь верхом, езжай на нем,

Только лучше правь рулем. (Велосипед)

9 Обе по снегу бегут,

Обе песенки поют,

Обе ленты на снегу

Оставляют на бегу.

10 Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -

Там идёт игра - ...(хоккей)

**Ведущий:**

Праздник веселый удался на славу.

Я думаю всем он пришелся по нраву.

Прощайте, прощайте, все счастливы будьте,

Здоровы, послушны и спорт не забудьте!

Со спортом дружите, в походы ходите,

И скука вам будет тогда нипочем.

Мы праздник кончаем и всем пожелаем здоровья, успехов и счастья во всем!