Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Зеленогорский детский сад№6 «Улыбка»

***Спортивное развлечение для родителей***

***«День здоровья»***

Составила и провела:

Копылова Н.Ю.

2024

**День Здоровья с родителями.**

Цель: Формирование здорового образа жизни в семье.

Задачи:

* Укреплять здоровье детей,
* Создать положительную эмоциональную и психологическую атмосферу;
* Формировать мотивацию к совместной деятельности;
* Развивать физические качества: быстроту, ловкость, силу, выносливость;
* Воспитывать осознанное отношение к необходимости заниматься спортом,
* Навыки ЗОЖ,

Оборудование: 6 кубиков, 2 воздушных шарика, 2шт.мяча большие, 2шт. маленьких, 2 обруча.

Ход развлечения:

***Воспитатель:***

* Здравствуйте, дорогие родители.

Наше мероприятие сегодня посвящено *«Дню Здоровья»*.

7 апреля ежегодно отмечается Всемирный день здоровья. Эту дату выбрали в честь дня создания в 1948 году Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Ежегодное проведение Дня здоровья стало традицией с 1950 года.

Здоровье - высшая ценность жизни. С ним ничто не может сравниться - ни богатство, ни положение в обществе, ни известность.

Воспитатель:

* Мы собрались сегодня на наше спортивное развлечение, чтобы узнать, что необходимо делать, чтобы быть здоровым, весёлым, бодрым и не болеть.

Итак, что же нужно делать, чтобы быть здоровым?

***Родители:***(*делатьзарядку,правильнопитаться,закаляться,заниматьсяфизкультурой*).

Воспитатель:

* Мы сегодня проведем небольшое соревнование.

-А чтобы настроиться предлагаю размяться сделать зарядку.(*под музыку Высоцкого*)

***Воспитатель:***

* Для того, чтобы начать наше соревнование, предлагаю разделиться на две команды.

-Итак, все участники разделены на две команды. И сейчас вам нужно выбрать капитана команд, придумать название своей команды и девиз.

Команды выполняют задание. Представление и приветствие команд.

Команда 1: *«В здоровом теле- здоровый дух!»*.

Команда 2:*«Если хочешь быть здоров -закаляйся!»*.

Воспитатель:

Начинаем соревнование.

*ЭСТАФЕТЫ:*

1. *«Сороконожка»*

Команда строится в колонну, положив в руки друг другу на плечи, по команде надо оббежать обруч не разрываясь прибежать на место.

1. *«Удержи равновесие»*

Каждая команда получает по три кубика. Надо поставить кубики один на другой и, взявшись за нижний кубик, пронести их по всему маршруту вперед.

1. *«Воздушный шарик»*

Нужно на ракетку, положить шарик, пронести на ракетке шарик не придерживая руками, оббегая кеглю и обратно.

*4«Поменяй мячи местами»*

(бежать с большим мячом до обруча, в котором лежит маленький мяч, поменять мячи; следующий участник меняет маленький мяч на большой.)

Воспитатель:

-Молодцы . справились с заданием.

- А сейчас хочу узнать, все ли вы про здоровье знаете… Если согласны, то отвечаете Да, если нет, то говорите Нет!

Игра«Это правда или нет»

Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться, Надо, дети, закаляться *(да)*

Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать *(нет)*

Если хочешь сильным быть,

Со спортом надо б но дружить *(да)*

Чтоб зимою не болеть, На улице надо петь *(нет)*

И от гриппа, от ангины

Нас спасают витамины *(да)*

Будешь кушать лук, чеснок – Тебя простуда не найдет *(да)*

Хочешьсамымкрепкимстать?

Сосульки начинай лизать *(нет)*

Ешь побольше витаминов – Будешь сильными красивым *(да)*.

Все молодцы все справились с заданиями. Победила дружба.

Воспитатель:

Всем спасибо за внимание, За задор, за звонкий смех, За огонь соревнования, Обеспечивший успех!

Спасибо всем за этот замечательный вечер! Будьте **здоровы**!

Вот и подошел к концу наш спортивный праздник.

Мы желаем всем **здоровья**, счастья, и успехов во всем!

В честь праздника « Дня здоровья», мы хотим вас угостить кислородным коктейлем.

До свидания!