

Сценарий «День Здоровья»

Тема: «Осенние старты».

Составила: Олефир Т.Ю., инструктор по физической культуре МБДОУ №160 «Родничок» г. Мариуполь. 30.10.2023г.

Возраст детей: старшие и подготовительные группы детского сада

Цель: сохранение и укрепление физического здоровья детей, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Формировать элементарные представления об осени.
- Развивать ловкость, выносливость, быстроту, координацию движений и ориентировку в пространстве, интерес к спортивным играм.
- Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки.
- Развивать умения детей работать в команде, выдержку и внимание в играх эстафетах.
- Способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания.
- Воспитывать у детей потребность в ежедневных физических упражнениях.

Материалы и оборудование.

Плакаты на спортивную тематику, гимнастические палки по количеству детей, обручи, кольца, мячи, коврики «ножки-ладошки», ориентиры разных размеров, фонограмма музыки для эстафет и спортивных упражнений.

Ход проведения: под песню «Осень раскрасавица» дети заходят в зал, обходят один круг и строятся за направляющим в одну колонну

По команде на «На лево» дети поворачиваются лицом к спортинструктору.

Инструктор: если стали дни короче,

Холодны, с морозцем, ночи,

Дождь по лужам моросит,

Ива над рекой грустит,

Лист с деревьев облетает,

Птичий клин на небе тает,

Под сосной заснул медведь,

Птицы перестали петь... Что же это?

Дети: Осень!

Инструктор: правильно! Значит наши спортивные старты сегодня, какие?

Дети: Осенние!

Инструктор: верно, сегодня наше спортивное мероприятие пройдет под названием «Осенние старты», и это самое время показать друг другу, какие вы ловкие, быстрые, а самое главное дружные. Но для того, чтобы приступить к соревнованиям нам нужно провести разминку.

Разминка «Спорт -это Я!»»».



По завершению разминки дети перестраиваются в одну колонну.

«Расчет на первый и второй»

(По команде инструктора «Равняйся!» дети выравниваются по линии, голову поворачивают на направляющего. По команде «Смирно!» дети принимают строевую стойку. По команде «На первый-второй рассчитайсь!» дети рассчитываются на первый-второй передавая эстафету движением головы, замыкающий заканчивает расчёт выходом из строя вперед. Повороты «На лево!», «На право!», «Кругом!». По команде дети поворачиваются в названное направлении).

Перестроение из одной колонны в две. *(По команде второе номера делают шаг вперед)* Деление на две команды. *(По команде дети второй колонны поворачиваются направо, идут в обход по залу и занимают положение напротив первой колонны. По команде поворачиваются.*

Инструктор: начинаем наши осенние старты.

На спортивную площадку приглашаем всех сейчас,

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас!

Вот здоровья в чем секрет!

Будь здоров! Физкульт-Привет!

Инструктор: прошу команды поприветствовать друг друга и представить свои команды. *(Капитаны команд представляют название своих команд и выходят в центр зала для дружеского рукопожатия, после чего возвращаются на свои места).*

Инструктор: итак, я объявляю первый конкурс - интеллектуальный

№1 «Осенние загадки» Каждой команде по очереди мы будем загадывать по одной загадке, если команда не отвечает, то право ответа переходит другой команде. Какая команда наберет больше правильных ответов, та и становится победителем

Листья с веток облетают,
Птицы к югу улетают
«Что за время года?» — спросим.
Нам ответят: «Это...» (осень)

Листья в воздухе кружатся
Тихо на траву ложатся.
Сбрасывает листья сад —
Это просто... (листопад)

В сентябре и в октябре
Их так много во дворе!
Дождь прошел - оставил их,
Средних, маленьких, больших. (Лужи)

Летит без крыльев и поет,
Прохожих задирает
Одним проходу не дает,
Других он подгоняет. (Ветер.)

Коренастый, в шляпе новой
Гриб в бору растет сосновом.
Рады бабушка и дед: —
Будет праздничный обед!
Ой, схватили белки вмиг
Этот белый... (Боровик.)

Он в лесу стоял,
Никто его не брал,
В красной шапке модной,
Никуда не годный. (Мухомор.)

№2 Эстафета «Дары осени».

Игроки каждой команды встают парами. По сигналу первых два участника переносят мяч, зажав его гимнастическими палками до конуса и обратно, добежав, передают эстафету следующим игрокам своей команды.

Та команда, которая первая закончит эстафету, становится победителем.



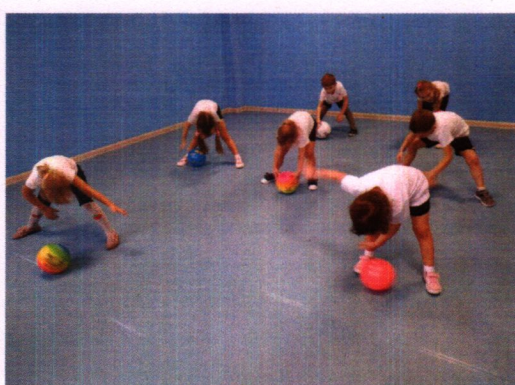
№3 Эстафета «Перенеси яблоки».

Игроки бегут по прямой, переносят «яблоки», стараясь не выронить их из «корзины», передавая их следующему игроку. Та команда, которая первая закончит эстафету, становится победителем.



№4 Спортивное представление «Веселые арбузики»

Показательные выступления с мячами



№5 Эстафета «Эстафета «Перепрыгни лужицы»

Перед командами разложены обручи, так же как в игре - «классики». Необходимо прыгнуть, в один обруч одной ногой, в два обруча – ноги врозь и т. д. и вернуться по прямой, передать эстафету касанием. 7 обручей. Та команда, которая первая закончит эстафету, становится победителем.



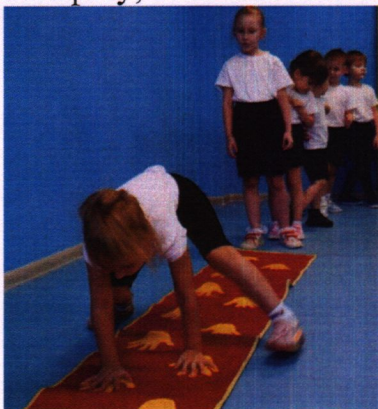
№6 Спортивное представление «Посмотрим на осень в окошки»

Показательные выступления с маленькими кольцами



№7 Эстафета «Эстафета «Шагаем по осенним дорожкам»

Игроки поочередно выполняют упражнения на спортивных ковриках, возвращаясь к команде бегом, отдавая эстафету рукой. Та команда, которая первая закончит эстафету, становится победителем.



Инструктор: А сейчас я приглашаю команды на «Осенний флешмоб». Упражнения с гимнастическими палками.



Инструктор: ребята, вы большие молодцы, дружно играете, соревнуетесь.

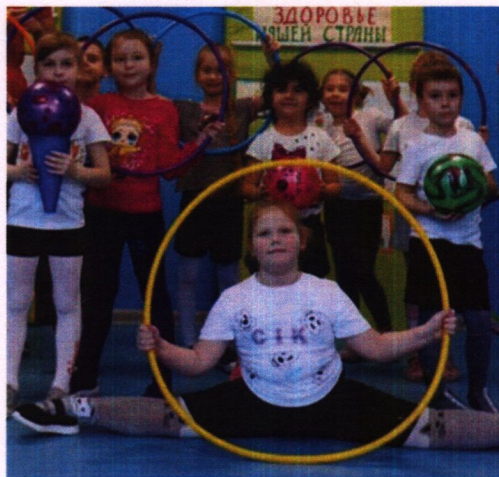
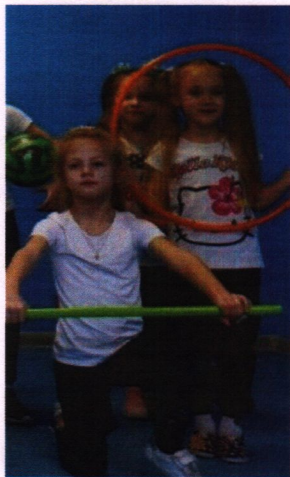
Вот за праздник наш веселый
Я вас всех благодарю!
И подарок витаминный
На здоровье вам дарю!

Инструктор раздает всем ребятам «Аскорбинку».

Инструктор: Праздник завершать пора-

Крикнем празднику: ура! Ура! Ура!

Общая фотосессия.



© 2010