

**Выполнила: Пояркова А.А.**

### **День физкультурника.**

Цель – формировать у детей основы здорового образа жизни в ходе совместной со взрослыми двигательной деятельности

Задачи:

- расширять и уточнять представления детей о здоровье, факторах, которые на него влияют, средствах его укрепления
- способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни;
- развивать мотивацию сохранять свое здоровье и здоровье окружающих людей.

Ведущий: Здравствуйте, ребята, и педагоги! Предлагаю начать наш праздник – День – с веселой зарядки!

Звучит аудиозапись песни «Солнышко лучистое»

(муз. В. Шаинского, сл. М. Плещинского). Педагоги, и дети выполняют упражнения.

Затем музыка резко обрывается, слышится чихание и кашель в микрофон. На площадке появляется Грипп.

**Грипп:**

Я – всемирный грипп, болючий

И ужасно приставучий.

Меня боятся с давних пор,

Я – грипп, вот мой вам приговор:

(Вынимает султанчик с рожицами-микробами.)

Буду кашлять и чихать,

Буду всех вас заражать!

(Чихает, делает пугающие движения, кружится.)

**Ведущий:** Давайте все вместе дадим отпор вирусу!

Дети (хором):

А мы быстро убежим!

Заразить нас не дадим!

**Грипп:**

Ха-ха-ха!

Ерунда и чепуха.

Мои вирусы на раз

Заразят весь детский сад.

Я ведь грипп могучий,

У меня микробов кучи!

(Машет султанчиком с рожицами-микробами.)

**Ведущий:**

Ты тут, грипп, не веселись!

Ты, давай, пока садись.

Вирусы не беда!

Слышишь, к нам бежит сюда

Сама Королева Здоровья!

Грипп: А мы ее спрятали. Не отдам я вам королеву Здоровья И вообще, сейчас как чихну на вас – сразу все заболеете.

Ведущий: Нет, не будем мы болеть! Ребята, скажите, что мы делаем, чтобы быть здоровыми?

: Едим витамины, лук, чеснок. Спортом занимаемся.

Ведущий: Давайте, ребята, покажем Гриппу, что мы его не боимся, что мы сильные, ловкие и смелые.

Грипп: Подумаешь, какие ловкие нашлись! Микробы мои тоже ловкие!

Ведущий: Вот мы сейчас и проверим. Давайте устроим соревнования по перетягиванию каната. Если мы победим – отдашь нам Королеву Здоровья и больше не придешь к нам никогда.

Грипп: Да пожалуйста!

Игра «Перетягивание каната». Участвуют две команды. В одной – Грипп.

Во второй – воспитанники подготовительной к школе группы. По сигналу ведущего они перетягивают канат. Фоном звучит задорная музыка (по выбору педагогов).

Грипп: Караул! Погибаю! Пощадите! Хорошо, отдам вам вашу Королеву! Забирайте!

### Летний забег против Гриппа

Королева Здоровья: Здравствуйте, ребята! Спасибо, что освободили меня. Какие вы все смелые, ловкие, дружные. Чтобы гриппа не бояться, нужно спортом заниматься! Правильно я говорю?

Дети (хором): Да!

Королева Здоровья: Я предлагаю вам убежать от Гриппа вместе со своими любимыми воспитателями. Объявляю в детском саду «Летний кросс».

Королева Здоровья проводит с детьми инструктаж, как правильно бежать кросс.

Королева Здоровья: Ну-ка, вместе становитесь, Никуда не торопитесь. Не толкайтесь, не деритесь, Не зевайте, не ленитесь. Дружно, весело бегите И по сторонам смотрите! Чтобы здоровье было век, Начинаем наш забег! А мы будем здесь вас ждать, Будем радостно встречать!

*Соревнование «Летний кросс». Группы строятся парами за воспитателями. Забег младших воспитанников проходит на территории ДОО.*

*Королева Здоровья: Молодцы, ребята! Чтобы оставаться здоровыми, нужно быть активными и спортивными. Но и отдыхать тоже важно. После кросса все воспитанники уходят на свои участки.*

*Вечером проходит Семейная эстафета с родителями на улице.*