**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**д/с «Светлячок» Смоленского района Смоленской области**

**Выполнила воспитатель:**

**Малашенкова В.В.**



**2019 год**

**Актуальность:** В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности.  
Что такое здоровье? Самый простой ответ: здоровье - это отсутствие болезней. Здоровье - это когда ты весел и всё у тебя получается. Здоровье - это счастье!  
**Цель:** Приобщение детей к здоровому образу жизни через двигательную активность.  
**Задачи:** Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.  
Формировать положительный настрой на спортивные игры и упражнения.  
Способствовать укреплению здоровья детей.  
Развивать выдержку, внимание; умение согласовывать действия с текстом игры.  
Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.  
Поддерживать дружеские отношения между детьми.  
**Материал и оборудование:** игрушка Петрушки, корзинка с погремушками по количеству детей; большие мячи по количеству детей; медали по количеству детей, бубен.  
**Ход:**  
Дети под музыку вбегают в зал.

  
**Воспитатель:** - Сегодня мы собрались в этом зале на праздник физкультуры и спорта, музыки и движений, здоровья и веселья. Мы будем играть и соревноваться .  
Мы день зарядкой начинаем  
И танцуем, и играем,  
И нисколько не скучаем,  
Очень весело живем!

Мы зарядку любим очень  
Каждый быть здоровым хочет!



**Воспитатель:** Сейчас мы с вами выполним разминку:

Все дышите! Не дышите!  
Все в порядке, отдохните.  
Руки вверх все поднимите….  
Превосходно, опустите.  
Наклонитесь, разогнитесь…

Всё отлично, улыбнитесь!

   
**Воспитатель:** - Понравилась вам разминка?  
**Дети:** - Понравилась!  
**Воспитатель:** Давайте играть, а с чем мы будем играть, вы узнаете если отгадаете загадку.

**Загадка**

Его пинают, а он не плачет!  
Его бросают - назад скачет.  
**Дети:** Мяч!

 

**Воспитатель:** Сейчас я посмотрю, дети, какие вы ловкие да умелые! Возьмите мячи.  
Дети берут мячи. Упражнения с мячом:  
Мячики все мы взяли,  
С ними быстро зашагали ( дети шагают по кругу )  
А теперь все побежали,  
Надо в круг теперь всем встать (останавливаются, лицом в круг, выполняют упражнения)  
Мячики нам показать.  
Мячики поднимаем,  
А теперь опускаем!  
Стали дети приседать,  
Мячиками об пол стучать!  
А теперь попрыгаем.  
Дети снова зашагаем,  
И тихонько отдыхаем (спокойная ходьба).

  

**Воспитатель:** Дети, вставайте дружно в круг. Поиграем в игру: «Кто быстрее».  
**Игра «Кто быстрее»:**  
Дети стоят в кругу. Воспитатель расставляет игрушки, на одну-две меньше, чем детей. По сигналу, дети ходят, бегают, прыгают.  
По команде: «Раз-два-три, кубик бери!».  
Кто не успел схватить кубик, выбывают. Игра продолжается, пока не останется один игрок.

     
**Воспитатель:** Молодцы! Какие все ловкие, сильные и смелые! Я вижу, вы все любите заниматься спортом. Давайте немножко опять поиграем, **игра «Полоса препятствий».**

Мы ребята хоть куда и шагаем без труда

(дети перешагивают через предметы)

Как зайчата на лугу

В обруч прыгнем на ходу (дети прыгают в обруч)

Любим бегать по дорожке,

Разминать стопу у ножки.

(дети ходят по массажной дорожке)

Игра повторяется 3-4 раза.

  

**Воспитатель:** Я решила вас наградить за спортивные успехи. Будьте здоровы!  
(идёт награждение детей медалями)

 **** 

**Воспитатель:** - Вы сегодня обрели самый главный приз в своей жизни — это ЗДОРОВЬЕ!