

Спортивное развлечение

«Веселые витамины»

(Для детей старшего дошкольного возраста)

Задачи: приобщать детей к здоровому образу жизни через спортивные мероприятия; продолжать развивать физические качества и умения детей; воспитывать желание заниматься физкультурой.

Оборудование: муляжи фрукты и овощи - по количеству детей.; конусы большие – 4шт.; конусы маленькие – 8шт; носилки – 2шт.; дуги – 2шт.; корзины – 2 шт.; бесполезные продукты-муляжи (кола, конфеты..), полезные продукты-муляжи (яйцо, молоко, фрукты..) – по количеству детей; обручи – 2шт.; ложки – 2шт.; тарелки – шт.; стулья – 2шт.; мячи малого диаметра - по количеству детей; загадки про витамины; музыкальное сопровождение.

(Построение на спортивной площадке).

(Инструктор по физкультуре читает стихотворение о спорте.)

Инструктор по физ – ре – Ребята, а для чего нужно физкультурой заниматься и полезными продуктами питаться ?

(Ответы детей)

Инструктор по физ – ре – Правильно, молодцы!

(Появляется Карлосон с большой банкой варенья)

Карлосон – Ой, а куда это я попал?

(Ответы детей)

Карлосон - Я же к Малышу в гости собрался. Он заболел, а я для него несу варенье, оно ему поможет поправиться.

Инструктор по физ - ре – Ребята, как вы думаете, одним вареньем можно спасти от болезни?

(Ответы детей)

Карлосон – Даааа! А я думал, что варенья будет достаточно. Только я плохо умею выполнять упражнения, вы меня научите?

Инструктор по физ – ре – Ребята, вы готовы помочь Карлосону!?

(Ответы детей)

Инструктор по физ-ре - Для начала предлагаю провести разминку.

ОРУ без предметов под ритмичную музыку.

Инструктор по физ-ре – Ребята, скажите пожалуйста, а варенье это правильное питание?

Карлосон – Конечно же, правильное, правильное и не бывает!

(Ответы детей)

Инструктор по физ-ре – Все верно ребята, молодцы! *(загадки про витамины...)*

(Ответы детей)

Инструктор по физ-ре – А вот и первое задание.

1. **«Собери витамины»** - необходимо на носилках в парах перенести по одному фрукту или овощу с «огорода» (обруча) в корзину, какая команда первая справилась, та и победила.

Инструктор по физ-ре – Какие молодцы, сбор витаминов удался!

Задание следующее, нужно срочно навести порядок в холодильнике, выбрать полезные продукты от вредных. Вы готовы?

Дети – Да!

2. **«Полезное и вредное»** - добежать до конуса, взять из «холодильника» (обруча) полезный продукт (яблоко, лимон, молоко..), положить в корзину, обежать конус, передать эстафету следующему.

Инструктор по физ-ре – Молодцы, порядок навели! Следующее задание. Нужно срочно подкрепиться.

3. **«Накорми друга»** - капитаны команд сидят у конуса, добежать до конуса, взять ложку из тарелки, «накормить», положить ложку в тарелку, бегом передать эстафету следующему.

Инструктор по физ-ре – Подкрепились?

(Ответы детей)

Инструктор по физ-ре – Тогда для вас следующее задание. Покажите ка ребята свою ловкость, быстроту и меткость.

4. **«Шустрые витамины»** - прыжки на двух ногах «змейкой» между конусами, назад бегом, передать эстафету следующему.

Инструктор по физ-ре - Молодцы, справились с заданием. Задание следующее.

5. **«Ловкие ребята»** - пролезть под дугой, добежать до конуса, взять один мячик, забросить в корзину, обежать конус, передать эстафету следующему.

Инструктор по физ-ре – Ловкие, быстрые и меткие, что вам помогает быть такими?

(Ответы детей)

Карлсон- Вот это да!!! Я теперь понял, что здоровым быть всегда, физкультура нам нужна и витамины тоже. Ребята я хочу с вами поиграть в игру «Удочка». В круг скорее становитесь и в игру присоединитесь.

П/игра «Удочка»

Карлсон – Спасибо вам ребята за помощь, мне пора к Малышу. До свидания!

(Дети прощаются с Карлсоном)

Подведение итогов.

