

Конспект спортивно-оздоровительного мероприятия «МАЛЕНЬКИЕ СИЛАЧИ»

Подготовила: воспитатель
Белоносова Н.В.

«МАЛЕНЬКИЕ СИЛАЧИ»

Цель: Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. Учить детей элементам здорового образа жизни: правильному питанию, спортивной подготовке, закаливанию.
2. Развивать физические качества.
3. Воспитывать умение работать в команде, подводить итоги.

Интеграция: Физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие.

Предварительная работа: беседы, просмотр иллюстраций и презентаций, дидактические и подвижные игры, спортивные эстафеты, закаливающие процедуры.

Ход занятия

Ребята вместе с воспитателем под музыку заходят в зал. Образуя круг.

Зачитывают речевку:

Умные спортивные

Ребята мы активные!

Ловкие задорные,

Ко всему, упорные!

Воспитатель: ребята, сегодня мы с вами отправимся в спортивное путешествие. Но сначала нам надо вспомнить спортивные правила? Что нам надо выполнять, чтобы быть здоровым сильным?

Ответы детей: делать зарядку, правильно питаться, закаляться.

Воспитатель: правильно ребята! Сегодня утром вы кушали полезную кашу и сделали зарядку, и ваша сила прибавилась. Предлагаю усилить вашу силу и пройти процедуру закаливания.

«Закаливание водой»

Воспитатель: молодцы ребята, сил у вас прибавилось! Но чтобы приступить к состязаниям, надо обязательно размяться! Подходите все ко мне и приступаем к разминке.

«Веселая разминка»

Воспитатель: ну теперь я вижу, что вы бодры и веселы, и готовы к спортивному состязанию.

Ребята разбиваются на две команды «Ловкие» и «Сильные».

1. состязание: «Попади в цель».

Дети делятся на две команды. У каждой команды одинаковое количество мешочков с песком. На другом конце поля у каждой команды лежит обруч. По сигналу команды бросают мешочки в цель. Побеждает та команда, у которой больше мешочков в обруче.

2. состязание: «Олимпийский огонь».

Дети делятся на две команды. На другом конце поля у каждой команды стоит конус. Игру начинают капитаны команд, у которых в руках имитированный огонь. Первый участник обегает конус, передает огонь следующему и становится сзади. Выигрывает команда, которая первая займет свои места.

3. состязание: «Перетяни канат».

Дети делятся на две команды. Каждая команда держится за свой конец каната. По сигналу перетягивают канат. Побеждает команда перетянувшая канат.

4. состязание: «Пронеси не урони».

Дети делятся на две команды. На другом конце поля у каждой команды стоит конус. Начиная с капитана, дети проносят яйцо в ложках, стараясь не уронить яйцо. Передают следующему игроку и становятся сзади. Побеждает команда, которая быстрее перенесла яйцо и не уронила его. (состязания проводятся под музыкальное сопровождение)

Вручение наград.