Відділ освіти
 Тернівскої міскої ради.
 ЗДН ясла –садок №6 «Зоряний» м.Тернівка

 ***Спортивне свято
 «Спортивна родина – здорова дитина»***

 Завідувач: Устюгова М.М.
 Вихователь-методист:Третькова Ю.О.
 Физ .керівник: Тубова О .М.

 м.Тернівка
 2018р.

**Мета:** Забезпечити відповідну рухову активність дггей; закріпити навички бігу; вчити дотримуватись правил гри у іграх - естафетах. Розвивати інтерес до фізичної культури та спорту, розуміння значення спорту у житті людини. Розвивати спритність, силу, рухливість, активність, кмітливість, уважність. Виховувати у дітей почуття дружби, співчувати, радіти сильним результатам.

**Місце проведения.** Спортивний зал.

 ***Хід розваги.***

**Ведуча:** Добрий день! Вітаю всіх!

Щоб рости і гартувались,

Бути міцними, як броня,

Треба друзі всім займатись

Фізкультурою щодня.

Усім нам відомо, що наше тіло активно росте і розвивається перші 20 років життя, а в дитинстві формується фундамент майбутнього здоров'я. Багато зовнішніх чинників впливають на дитячий організм: екологія, харчування, умови життя.

Проблема здоров’я дітей сьогодні як ніколи актуальна. В даний час можна з впевненістю стверджувати, що саме вихователь, педагог у змозі зробити для здоров’я сучасної дитини більше, ніж лікар.

«Здоровим бути-здорово!» проект, який реалізує вже багато років наш дитячий заклад: «Інноваційні здоров’язберігаючі технології – запорука становлення конкурентноспособної особистості».

**Ведуча**: Увага!Увага!Спішіть поспішайте!
Спортивну розвагу ніхто не минайте!
Бо дружні команди зібрались на ній
Здорові,веселі,спортивні дітлахи!

**Вхід команд під музику**

**Ведуча:** Сьогодні, у нас свято, яке приcвячене **ЗДОРОВ`Ю** , ми всі зібрались, щоб позмагатися та здоров’я набратися. Як говорять: «В здоровім тілі – здоровий дух».

- Давайте всі привітаємося та побажаємо один одному міцного здоров’я, багато сонця, тепла, блакитного неба, свіжого повітря.

 А щоб здоровим бути треба фізкультурою займатись не лінитись, рано прокидатись.

**Привітання команд**

**Команди представляються.**

**Ведучий представляє жюрі***.*

**Ведуча:** Хто здоровий, той сміється

Все йому в житті вдається.

 Він долає всі вершини

– Це ж чудово для людини.

Кожен день по розпорядку

Маємо робить зарядку.

 Для здоров’я вона – плюс,

 Намотай собі на вус

**Розминка команд**

Здоров’я — розкіш для людини,

 Найбільша цінність у житті.

Як є здоров’я день при днині,

Можливість є йти до мети.

Тоді є радість, щастя, диво,

 Краса у крапельці роси.

 Тоді людина йде щасливо

Серед безмежної краси

Й чарівність світу відчуває.

 Для неї в хмурість — дні ясні.

Вона всі труднощі долає

 Й співає радісні пісні.

 Вона — здорова!

 Це чудово,

Бо їй нічого не болить.

Вона добро творить готова.

 І це прекрасно!

Можна жить!

За допомогою сьогоднішніх змагань ми познайомимо Вас з використанням

здоров’язберігаючих технологій у фізичному вихованні дітей  в  умовах дошкільного закладу

1. Пісок - один з перших природних матеріалів, з яким знайомиться малюк, а ігри з піском - буденна справа кожної дитини . Пісок поглинає негативну енергію, „очищає” енергетику людини, стабілізує емоційний стан. Граючись з піском у дітей підноситься настрій, розвиваються дрібна моторика рук та тактильно-кінестетична чутливість. Пісочна терапія впливає на загальний розвиток .**Пісочна терапія** позбавляє від негативних думок, допомагає набути впевненості

**Пляшка настрою** «Із піском я граю настрій собі піднімаю»

Це різновид картин з піску. Для цього шар за шаром через спеціальну воронку насипається різнокольоровий пісок. Сьогодні діти спробують просто засипати скляну прозору пляшечку шарами піску під різним нахилом. Вийдуть незвичайні різнокольорові хвилі піску в пляшці. Головне - засипати пляшку повністю піском і в кінці міцно закрити пробкою, щоб не зіпсувався малюнок.

**Обладнання:** 3шт-баночки по одній для кожної команди.7-кольорів піска.
**Хід:** Дитина за сигналом бере пісок одного кольору та біжить до баночки, та висипає пісок. Повертається до команди. Передає естафету.Перемагає та команда яка виконає завдання першою.

1. Кольоротерапія – це цілеспрямований вплив кольором на самопочуття, фізіологію людини; активізація кольором діяльності органів і систем; метод психологічного лікування з метою розслаблення, зняття стресів, підняття настрою та тонусу за допомогою кольорів.

Це чудовий спосіб підбадьоритися, підняти настрій та тонус. Людину все життя оточують кольори

**Гра – змагання «Літаки»**

**Обладнання:**15 –літаків; 3-обруча маленьких;1- обруч великий.
**Хід:** Дитина за сигналом біжить до великого обручу бере літак за кольором обруча своєї команди і повертається до команди. Передає естафету. Перемагає та команда яка виконає завдання першою.

**Гра – змагання «Допоможи дитинчатам знайти маму»**

**Обладнання:** 7-іграшок жовтого кольору ,7-іграшок синього кольору,7-іграшок красного кольору. 3-обручи за кольором іграшок. 1- обруч великий.
**Хід:** Дитина за сигналом біжить до великого обручу бере играшку за кольором обруча своєї команди і повертається до команди. Передає естафету.Перемагає та команда яка виконає завдання першою.

1. Створення ігрового розвивального середовища у ДНЗ - справа непроста та відповідальна. Використання нетрадиційного обладнання: "м’які модулі", виготовлені власноруч для профілактики сколіозу, плоскостопості та спритності

**Гра – естафета «Хто швидше обмине пригради».**

**Обладнання:** 9шт-голубі модулі.
**Хід:** Батько бере дитину за ноги, дитина в упорі на руках просувається вперед змійкою. Повертається до команди взявши дитину на руки. Передає естафету. Перемагає та команда яка виконає завдання першою.

1. Щоб мати здоров’я,

слід правильно їсти,

Вживати поживне і тільки корисне.

Не їсти надміру, не шкодити тілу

 І пам’ятати про вітаміни.

**Гра – змагання « Приготуй сніданок» (сковорідки)**

**Обладнання:** Сковорідки з продуктами; карточки лото- продукти **Хід:** Дитина добігає до сковорідки вибирає карточку з малюнком що є на сковородці. Кріпить його біля своеї сковородки. Та повертається до команди. Передає естафету.Перемагає та команда яка виконає завдання першою.

1. Арт-терапія або «лікування мистецтвом» - досить новий, проте популярний засіб психотерапії. Особливо актуальною арт-терапія є для дітей. Мистецтво – це чудова можливість для малюка «відкритися», поділитися своїми емоціями та страхами.

Адже іноді так важко висловити словами всі ті емоції, що вирують у дущі. Саме арт-терапія допоможе віднайти душевну гармонію.

Арт-терапія дозволяє людині завдяки фарбам висловити свої почуття, а також зняти стрес і розслабитися.

**Гра – змагання «ПРОДОВЖ МАЛЮНОК»**

**Обладнання**: Ватман ,краски.
**Хід:** Дитина за сигналомпідбігає до матусі розфарбовує руку прикладає на ватман, друга матуся витирає руку. Дитина повертається до команди. Передає естафету. Перемагає та команда яка виконає завдання першою.

1. Заняття аеробікою приносять дітям велике задоволення. Для того, щоб ці заняття були ще цікавішими і насиченішими ми використовуємо індивідуальні снаряди – степ-платформи.

Степ – аеробіка – це тренування, в основу якого покладено різні способи спуску та підйому на спеціальну степ – платформу.

***Гра – естафета «Поряд з мамою»***

**Обладнання:** 9шт- степов.
**Хід:** Дитнина за сигналомпідбігає до 1- степа виконує разом з мамою вправу з підніманням рук ,біжить до 2-степа також з мамою виконує вправу сидячи, біжить до 3- виконують вправу з піднімання ніг. Коли виконає всі вправи . Повертається до команди. Передає естафету.Перемагає та команда яка виконає завдання першою

1. **ВПРАВА "Сороконожка".**

Дана вправа не вимагає високих інтелектуальних здібностей дітей, але дозволяє випробувати на практиці отримані навички по конструктивному вирішенню конфліктів при взаємодії з оточуючими, при виробленні єдиної думки всередині групи, зняти м'язові затиски, тим самим знизити емоційну напруженість.

**Обладнання:** 3шт-фишки для орієнтира.
**Хід:** Батько та діти сідають на пол та тримаються за тулуб один одного , просуваються вперед до наміченої цілі. Повертаються бігом на місце не розірвуючи цеп

1. **Дихальна гімнастика**

Вправи для дихання  корисні не лише для профілактики простудних захворювань, бронхітів і синуситів, вони навчають дитину правильному диханню. Недаремно, елементи дихальної гімнастики обов'язково включають в комплекс вправ на зайнятті фізкультурою дитячі сади.

**Гра – змагання « Прикрась промінчики сонечку»**

**Обладнання:** 3шт- гімнастичні палиці; 24- кільця з різнокольоровими стрічками .
**Хід:** Дитнина за сигналомпідбігає до дорослого який тримає палицю з кільцями. Дитина повинна сдути одне кільце та повісити його на сонечко. Повертається до команди. Передає естафету.Перемагає та команда яка виконає завдання першою

1. **Органи чуття**

Сьогодні людям відомо 9 органів почуттів. Але сьогодні ми повторимо 3 основних органів чуття. Це - нюх, зір, слух, смак і дотик. Чи знає ваша дитина про них? Тепер буде знати! Адже граючи, веселіше вчитися.

Веселі різнокольорові гусенички допоможуть малюкові впоратися із завданнями.

Гра розвиває логічне мислення, розширює кругозір, вчить самостійно міркувати, зіставляти, порівнювати і аналізувати, удосконалює дрібну моторику рук.

**Гра – змагання « Склади гусенечок»**

**Обладнання:** Гусенички різнокольорові : карточки чуттів **Хід:** дитині треба зібрати гусеницю. На частинах гусениці малюнки з зображенням, що ми можемо почути, спробувати на смак чи почути на запах, та повертається до команди. Передає естафету. Перемагає та команда яка виконає завдання першою.

1. У нашому дитячому садку діти після сну ходять по доріжках здоров'я, які є ефективним засобом для профілактики і лікуванні плоскостопості. При ходьбі босоніж на стопі активізується безліч точок, тонізуючих наш організм, знижується стомлюваність, підвищується імунітет.

**Гра - естафета «Швидкі ноги»**

**Обладнання:** 3шт**-** Доріжки з слідами та лабіринти
**Хід:** Дитнина за сигналом стрибає по слідах, підлазе в лабіринти бере пазл передає вихователю. Повертається до своєї команди Вихователь складає картину та презентує її після виконання естафети всієї команди

Бачимо, що на стопах розташована безліч активних точок, стимулюючи їх, ми позитивно впливаємо на процеси, що відбуваються в організмі. При ходьбі босоніж по «доріжці здоров'я» ми виробляємо своєрідний масаж стопи і тим самим тонізуємо весь організм.

Тут використовується принцип зміни різних видів поверхні для впливу на всі біологічно активні точки ступень ніг.

Оздоровчий масаж стоп покращує кровообіг, підвищує імунітет, знижує втому. Регулярно роблячи масаж стоп, можна кожен день покращувати здоров'я своїх дітей. А щоб це заняття було не тільки корисним, але і захоплюючим робимо «стежку здоров'я»!

Що за диво?

Наші ніжки опинилися на доріжці.

На доріжці не простий,

А витіюватою такий!

Ось перед нами галявина

Вся усипана квітами.

Ми не будемо їх зривати

Будемо ніжками ступати!
Увага всім участникам!Слово надвається суддям змагань.
Слово для привітання вручення призів надається завідуючій.