**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Солнечный круг» д/с №80**

**Спортивный досуг**

**в средней группе**

**«Здоровячок»**

**Выполнила:Шерина К.П**

**Воспитатель**

**г.Нижний Тагил**

**2024**

**Цель:** Развитие у детей интереса к занятиям физкультурой, стремления быть сильным, ловким, смелым. Доставить детям радость.

**Материал:** большой мешок-посылка с атрибутами для игр (2 палочки-лошадки, мяч, игрушка-собачка, воздушные шары, коробочка с конфетами, табурет для игрушки-собачки (либо лавочка).

**Ход мероприятия:**

Ребята приходят на участок, где стоит большой мешок, перевязанный ярким бантом.

**Ведущий:** Ребята, в тихий час, пока вы спали, приходил почтальон Печкин, принес посылку и просил ее передать самым сильным, ловким и спортивным детям. У нас есть такие дети? (Ответ детей: Да) Вот, мы сейчас проверим.

**Ведущий:** Все собрались? Все здоровы? Бегать и играть готовы? Ребята, почему полезно заниматься физкультурой? (Ответы детей: чтоб быть здоровым, сильным, красивым, ловким и т. д.)

**Ведущий:** А теперь не ленись –

На зарядку становиться! (Все становятся полукругом.)

**Ритмическая разминка «Мы ногами, мы руками».**

Мы ногами топ-топ (топают ногами,

Мы руками хлоп-хлоп (хлопают руками,

Мы глазами миг-миг (мигают глазами,

Мы плечами чик-чик (Поднимают плечи вверх, вниз).

Раз – сюда, раз – туда,

Повернись вокруг себя. (Повороты вокруг себя.)

Раз – присели (приседают, руки на поясе,

Два – привстали (поднимаются, руки на поясе).

Руки кверху все подняли (поднимают руки вверх,

Сели – встали, сели – встали (приседают, встают, руки на поясе).

Ванькой-встанькой словно стали. (Легкое покачивание головой вправо-влево.)

А потом пустились вскачь,

Будто мой упругий мяч. (Прыжки в высоту)

Раз-два, раз-два, поиграть нам пора. (Шагают на месте.)

**Ведущий:** Вам интересно, что прислал нам почтальон?

Ведущий достает из посылки первый атрибут (палочки-лошадки) и предлагает детям поиграть. Для этого нужно встать в одну колонну.

**Игра «Скакуны».**

Проскакать на палочке – «лошадке» до финиша и обратно, передать палочку – «лошадку» следующему участнику.

**Ведущий:** Что же еще нам пристал почтальон Печкин? (Достает второй атрибут - мяч).

**Игра «Передай мяч».**

Дети встают в круг и перекидывают друг другу мяч (по кругу, у кого мяч упал – выбывает из игры. В конце игры остается самые ловкие игроки.

Ведущий: Ребята, а в посылке еще что-то лежит (достает игрушку-собачку).

**Игра «Лохматый пёс».**

Вот сидит лохматый пёс

В лапы свой, уткнувши нос

Тихо, смирно он сидит

Не то дремлет, не то спит

Подойдём к нему разбудим

И посмотрим, что же будет.

Играющие задевают собачку, и она их догоняет. Игра повторяется. За собачку играет (лает, догоняет ребенка) взрослый.

**Ведущий:** Вы любите чистоту, порядок, умываться, чистить зубы, делать зарядку? Это мы сейчас проверим!

**Игра «Это я, это я – это все мои друзья…».**

(Ведущий читает начало фразы, если дети согласны с высказыванием, отвечают «Это – я, это – я, это все мои друзья!», если не согласны, то топают).

Кто ватагою веселой, каждый день шагает в сад?

Кто любит маме «помогать», по дому мусор рассыпать? (топают)

Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?

Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей? (топают)

Кто одежду «бережет», под кровать ее кладет? (топают)

Кто ложиться рано спать, в ботинках грязных на кровать? (топают)

**Ведущий:** Ребята, пошлите смотреть, что еще нам пристал Печкин (достает из мешка несколько воздушных шаров).

**Игра: «Подкинь-достань».**

**Ведущий:** Молодцы ребята, убедили, что вы самые ловкие, быстрые, смелые и любите заниматься физкультурой. А за это Почтальон Печкин передал вам сладкие подарки (конфеты).