

Физкультурно – речевое занятие «Спорт, здоровье, Мы».

Цель: Создать условия для формирования ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры.

Задачи:

- Вырабатывать осознанное отношение к физкультуре и спорту, как методу укрепления и тренировки организма.
- Доставить детям и взрослым радость от взаимодействия друг с другом в двигательной – игровой деятельности, помочь установить эмоционально – тактильный доверительный контакт друг с другом.
- Способствовать развитию положительных эмоций от совместного мероприятия.

Ход мероприятия

Всему начало отчий дом. Родной дом – это близкие и любимые люди. А кто живет в вашей семье, мы сейчас узнаем?

Пальчиковая гимнастика:

vk.com

-Расскажите, а что должны выполнять дети и взрослые по утрам, для того, чтобы быть здоровыми. (*Ответ*)

-Правильно, зарядку!

«Веселая разминка»

youtube.com

- Какие мы все - таки молодцы, хорошо размялись. А теперь можно и соревнования начинать. Но для начала напомним основные правила эстафет:

Эстафету начинаем по сигналу, заступать за линию старта запрещается.

Ну что, начинаем наши соревнования домашние помощники?

Эстафета «Уборка мусора»

веником ведем «мусор» — кубик «змейкой» вокруг кеглей и складывают его в обручи, обратно бегом.

Эстафета «Полюем цветы»

с лейкой в руках перепрыгивать через листы бумаги, оббегаем вокруг обруча – «клумбы», обратно бегом.

Эстафета «Развесь белье»

по очереди вешаем платочки на натянутую веревку, возвращаются обратно.

- Все молодцы, все бодры, радостны. А это самое главное для того, чтобы быть здоровым человеком. А в дружной семье живется вот так.

[youtube.com](https://www.youtube.com)

- Закончим физкультурно – речевого «Спорт, здоровье, Мы» веселым танцем.

yandex.ru/efir

