8 августа. День физкультурника



Во вторую субботу августа в России отмечают праздник, посвящённый всем, кто имеет отношение к физкультуре и спорту. Не только спортсменам и тренерам, но и всем, кто выбирает здоровый образ жизни и занимается двигательной активностью каждый день. Таких не ленивых людей, заботящихся о своём здоровье, становится всё больше! Этот тематический день «сделает рекламу» ЗОЖ для детей.

Расскажите детям

Физкультура и спорт укрепляют здоровье человека, делают его сильным, красивым, активным и весёлым. Физкультурой может заниматься и маленький, и большой человек; даже старенький и не совсем здоровый. А спортом занимаются самые сильные, крепкие и способные. Они участвуют в соревнованиях, выигрывают медали и другие призы, ставят рекорды.

Празднику День физкультурника уже много лет. Он говорит о том, что физкультуре и спорту в нашей стране уделяется огромное внимание. Каждый из нас даже имеет возможность выбрать себе вид спорта по душе и заниматься им в своё удовольствие: во всех больших и малых городах, посёлках и сёлах работают спортивные кружки и клубы. Если вы хотите всегда быть сильными, ловкими, смелыми и умелыми – пробуйте, выбирайте тот вид спорта, который нравится, и добивайтесь в нём успехов.

Список дел на день:

1. Провести с детьми [**познавательную беседу**](https://www.maam.ru/detskijsad/tematicheskaja-beseda-s-detmi-my-druzhim-s-fizkulturoi.html) о том, почему надо дружить с физкультурой.

2. Рассказать [**о празднике День физкультурника**](https://www.maam.ru/detskijsad/prazdnik-den-fizkulturnika-dlja-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html) – в прозе и стихах.

3. Организовать [**конкурс рисунков на асфальте**](https://www.maam.ru/detskijsad/a-vot-i-my-lyubiteli-raksrasit-vse-jarkimi-melkami-den-fizkulturnika-v-g-egorevske-konkurs-risunkov-na-asfalte-327115.html), посвящённый Дню физкультурника, – рисунков на тему «Физкультура и спорт».

4. Устроить [**праздничный велопробег**](https://www.maam.ru/detskijsad/-pervyi-veloproezd-doshkoljat-fotoreportazh-s-prazdnika-den-fizkulturnika.html) или легкоатлетический забег в честь славного праздника.

5. Провести [**подвижные игры-эстафеты**](https://www.maam.ru/detskijsad/den-fizkulturnika-zanimaisja-ne-lenis-fizkultura-yeto-zhizn-zanimaisja-ne-lenis-fizkultura-yeto-zhizn.html) с мячиками и обручами.