

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №9 «Малыш» комбинированного вида

Конспект спортивного развлечения
«Путешествие в страну здоровья»
(средняя группа)

Инструктор по физической культуре
Марина Вячеславовна Шишкина

Участие в организации и проведении:
воспитатель средней группы №7
Марина Николаевна Коптелова

Апрель, 2014 г.
г. Павловский Посад

Программные задачи:

- прививать любовь к спорту и физическим упражнениям;
- подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье;
- повышать через самомассаж защитные силы организма;
- закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.

Оборудование:

- костюм для Вани,
- музыкальное сопровождение,
- витамины,
- иллюстрации с изображением овощей и фруктов.

Восп.: Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье!
Кто хочет быть здоровым?

Дети: Все!

Восп.: Какого человека можно назвать здоровым?

Дети: Веселого, подвижного, не болеющего.

(Стук в дверь. В гости приходит Ваня Заболейкин.)

Восп.: Здравствуй, мальчик? Ты кто?

Ваня: Заболейкин Ваня я,
Только болен я, друзья.
У меня унылый вид,
Очень голова болит.
Ломит спину, колет бок,
Нужен врач, он мне б помог.

Восп.: Хватит охать и реветь,
Стыдно мальчику болеть.
Приходи к нам в детский сад,
Здесь узнаешь от ребят:
Как здоровым, сильным быть,
Как без грусти день прожить.
Правда, дети, мы ведь сможем?
Заболейкину поможем!

Дети: Да!

Восп.: Какая у тебя странная фамилия,
Заболейкин!

Ваня: А мне нравится моя фамилия, она мне как раз подходит, потому что я постоянно болею. Я сегодня к вам в детский сад пришел, а завтра я заболею и буду сидеть дома.



Восп.: Что-то непонятное с тобой творится? Неужели тебе нравится все время болеть, ходить по больницам, пить таблетки. А вы, ребята, любите болеть?

Дети: Нет!

Восп.: Почему?

Дети: Скучно сидеть дома, лежать в постели.

Восп.: Наши дети умеют гораздо интереснее проводить время. Иногда бывает так, что дети болеют, но надо стараться быть здоровым. Дети, а что надо делать, чтобы быть здоровым?

Дети: Заниматься спортом, делать зарядку, закаляться, кушать полезные продукты.

Восп.: Действительно, каждый человек может сам себе укрепить здоровье. Недаром говорится:

Я здоровье сберегу,

Сам себе я помогу.

Давайте выучим и запомним эти слова. Ну а сейчас давайте сделаем разминку. И ты, Заболейкин, присоединяйся к нам. Снимай свои перчатки, шапку.

Ваня: Нет, боюсь, я заболею. У вас здесь сквозняки.

(Встает в круг с детьми, делает разминку)

Восп.: Сделаем разминку,
Держим ровно спинку.
Голову назад, вперед,
Вправо, влево поворот.
Руки вверх поднять прямые,
Вот высокие какие.
Еще выше потянитесь
Вправо, влево повернитесь.
Дальше будем приседать:
Дружно сесть и дружно встать.
Прыгать нам совсем не лень,
Словно мячик целый день.



Ребята, а теперь попробуйте, крепче ли стали ваши мышцы? И ты, Заболейкин, тоже попробуй и скажи, как ты себя чувствуешь?

Ваня: Почему-то жарко стало. Но мне очень понравилось заниматься.

Восп.: А хочешь, ребята покажут тебе, как они еще умеют заниматься?

Ваня: Очень хочу. А можно мне вместе с вами заниматься?

Дети: Да!

(проводятся подвижные игры «Карусель»)

Ваня: Ой, как весело у вас! Жарко стало мне, друзья!

Восп.: Снимай скорее шапку и перчатки.

Ваня: *(сняв перчатки и шапку)* Посмотрите, я весь мокрый! Что же теперь будет? Мне холодно... Я ведь заболею!

Восп.: Не расстраивайся, Заболейкин, мы тебя научим, что надо делать, чтобы не заболеть.



(дети выполняют самомассаж «Петушок»)



Ваня: Как здорово, совсем не холодно, приятно! Но мне уже пора домой, после занятий кушать хочется.

Восп.: А что ты, Ваня, любишь кушать?

Ваня: Пирожное, тортики, булочки.

Восп.: Ребята, а это полезная еда? Есть в ней витамины? (нет). А какие продукты полезны для нашего организма?

Дети: Фрукты, овощи, молоко, творог, лук, чеснок.

Восп.: А чем они полезны?

Дети: Содержат много витаминов.

Восп.: Правильно, витамины – это полезные вещества, которые необходимы нашему организму. Они помогают детям расти и не болеть.

Ваня: А что случится, если я буду кушать продукты, в которых мало витаминов?

Восп.: Ты будешь часто болеть, будешь вялым, грустным, будешь быстро уставать.

Ваня: Я понял. Сейчас я пойду домой, попрошу маму сварить мне молочную кашу, потереть сырую морковку и у меня в организме будут витамины.

Восп.: Я смотрю, тебе, Заболейкин, пошло на пользу знакомство с нашими ребятами. Мы с ребятами очень рады, что смогли тебе помочь.



Ваня: Да, я сегодня очень много узнал о здоровье. А улыбаться полезно?

Восп.: Улыбка – это хорошее настроение и залог здоровья. Улыбаясь, мы дарим друг другу здоровье и радость. Так давайте же подарим друг другу свои улыбки и хорошее настроение! А тебя, Заболейкин, и всех ребят, я хочу угостить витаминами.

(воспитатель угощает всех витаминами, Заболейкин прощается с ребятами и уходит)