Тимофеева Елена Викторовна, воспитатель

МБОУ «Люгинская ООШ дошкольное отделение»

Можгинского района Удмуртской Республики

**Конспект НОД – развлечение по образовательной области:** физическое развитие

**Возрастная группа:** подготовительная и старшая

**Тема:** «День здоровья»

**Интеграция образовательных областей:** речевое развитие и физическое развитие.

**Связь с другими образовательными областями:** познавательное развитие, социально – коммуникативное развитие.

**Програмные задачи:** пропаганда здорового образа жизни, закреплять знания о пользе витаминов и их значение для жизни и здоровья человека, продолжать укреплять здоровье детей, учить заботиться о своем здоровье, приобщать детей к регулярным занятиям физкультурой, развивать познавательно - эмоциональный интерес, развивать двигательную активность детей, развивать умение ориентироваться в помещении, развивать интерес к спортивным играм, воспитывать желание быть здоровым, воспитывать уважительное и бережное отношение друг к другу.

**Способы организации детей:** дети сидят на стульчиках полукругом в музыкальном зале детского сада.

**Демонстрационный материал:** плакаты про здоровье.

**Угощение:** Яблоки.

**Музыкальный ряд:** прослушивание песни группы «А – студио» «Веселая гимнастика»

**Зрительный ряд:** Плакаты по гигиене, иллюстрации из книг

**Предварительная работа:** Чтение стихов «Мойдодыр» К.Чуковского, разучивание стиха про Хомку для физзарядки, познакомить детей с распорядком дня, просматривание тематических альбомов.

**Ход НОД:**

**Организационный момент:**

Воспитатель: Добрый день, ребята. Когда вы утром встали, чем занимались, что делали?

Ответы детей:

-Умылись, делали зарядку. Оделись и пошли в детский сад.

Воспитатель: А в детском саду что делали?

Ответы детей:

-Играли, делали зарядку, позавтракали и пошли на занятие.

Воспитатель: Хорошо, и сейчас мы все встанем все на физкультминутку.

Хомка, Хомка, Хомячок-

Полосатенький бочок.

Хомка рано встает,

Щечки моет, шейку трет.

Подметает Хомка хатку

И выходит на зарядку:

Раз, два, три, четыре, пять,

Хомка хочет сильным стать!

Воспитатель: Теперь садимся на свои места. Сегодняшний день объявлен днем здоровья в нашем детском саду. Как вы думаете, что значит быть здоровым?

Ответы детей: Сильным, ловким, быстрым…

Воспитатель: А что нужно делать, чтобы быть здоровым?

Ответы детей:

-делать по утрам зарядку;

-заниматься спортом;

-правильно питаться;

-принимать витамины;

-закаляться;

-проводить много времени на свежем воздухе, гулять;

-чистить зубы;

-умываться, перед едой всегда мыть руки;

-есть фрукты и овощи;

-хороший сон;

-делать массаж;

-соблюдать режим дня и т.д.

Воспитатель: Молодцы какие! Всё вы знаете! А теперь поиграем в игру «Встаньте те, кто…»

Любит: прыгать,

Бегать,

Рисовать,

Лениться,

Читать,

Баловаться,

Петь песни,

Играть,

Драться,

Смеяться.

Имеет: брата,

Сестру,

Бабушку,

Кошку,

Собаку,

Дедушку,

Маму,

Папу.

Воспитатель: Молодцы! Повеселились. Люди со старины глубокой придумали много пословиц и поговорок о здоровье, вот, например:

Здоровье – лучшее богатство.

Здоровье дороже золота (денег).

Было бы здоровье, а остальное приложится.

Здоровье на деньги не купишь.

Ешь чеснок и лук – не возьмет недуг.

Воспитатель: Ну, а сейчас проверим, насколько вы сильные, ловкие, быстрые, здоровые. Разделимся на две команды. Первая команда будет «Крепыши», а вторая – «смельчаки».

*Раздаем эмблемы. Выбираем капитанов команд. Знакомим с членами жюри. Проговариваем девизы.*

«Крепыши»:

Мы команда хоть куда!

В спорте все мы мастера,

Будем бегать, мяч гонять,

За победу воевать!

«Смельчаки»:

Ни шагу назад!

Ни шагу на месте,

А только вперед,

И только все вместе!

Воспитатель: Ну, вот, команды представились, начнем соревнования.

Эстафеты: 1) «Прокати мяч» - с обручем.

2) «Передай флажок».

3) «Пробеги – не задень» - бег между кеглями.

4) «Попади в цель» - метание мешочков в вертикальную цель.

5) «Проведи мяч под ногами» - стоя в колонне.

6) «Не урони» - перенести большой мяч в ракетке, не придерживая руками.

7) «Бег в резиновых галошах».

Воспитатель: Молодцы! Все задания выполнили. А теперь попросим жюри подвести итоги. Пока они считают очки, я вам загадаю загадки:

#### Этот конь не ест овса, Вместо ног - два колеса. Сядь верхом и мчись на нем, Только лучше правь рулем. (Велосипед)

1. Мои новые подружки  
   И блестящи и легки,  
   И на льду со мной резвятся,  
   И мороза не боятся. (Коньки)

#### Две полоски на снегу Оставляю на бегу. Я лечу от них стрелой, А они опять за мной. (Лыжи)

1. Его бьют, а он не плачет,  
   Только прыгает и скачет. (Мяч)

#### Когда апрель берет свое

#### И ручейки бегут, звеня,

#### Я прыгаю через нее,

#### А она – через меня. (Скакалка)

1. В честной драке я не трушу

Защищу я двух сестер

Бью на тренировке грушу

Потому что я… (боксер)

Воспитатель: Молодцы! Все загадки отгадали. А сейчас послушайте стихи – пожелания:

Чтоб здоровье сохранить,Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья,  
Должен быть режим у дня.   
  
Следует, ребята, знать -  
Нужно всем подольше спать.  
Ну а утром не лениться –  
На зарядку становиться!  
  
Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.  
  
У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,   
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.  
  
Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты -  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!  
  
На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:   
Одеваться по погоде!  
  
Ну, а если уж случилось:  
Разболеться получилось,  
Знай, к врачу тебе пора.  
Он поможет нам всегда!  
  
Вот те добрые советы,  
В них и спрятаны секреты,  
Как здоровье сохранить.  
Научись его ценить!

Подведение итогов. Вручение медалей, подарков.

Воспитатель: -Будьте здоровы!

Дети: Спасибо!