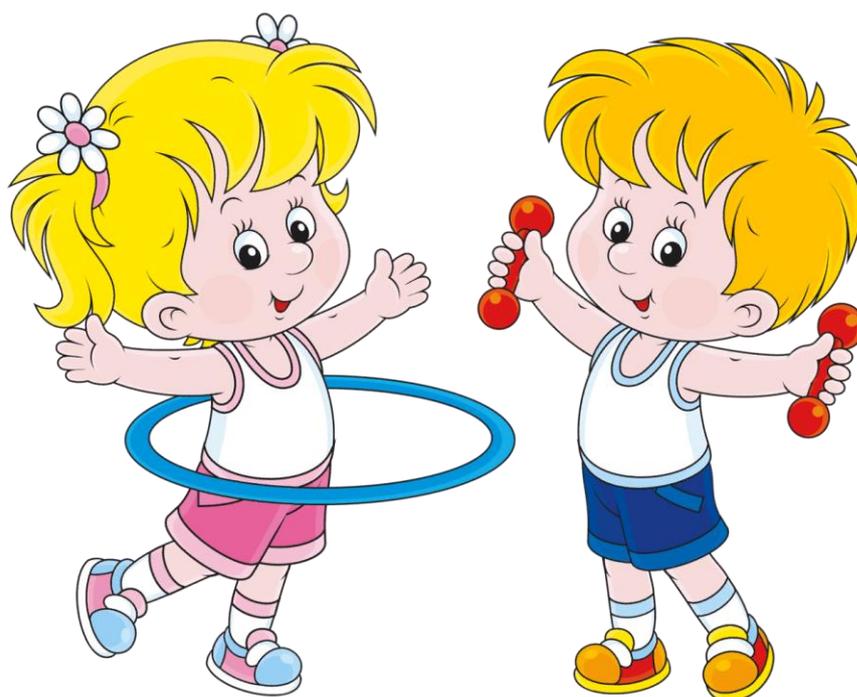


Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №13» г. Уссурийска,
Уссурийского городского округа

***Конспект физкультурно-оздоровительного мероприятия
с детьми старшего дошкольного возраста***

«День здоровья»

(подготовительная группа)



Автор: Зайцева О.В.

Воспитатель высшей категории

МБДОУ детский сад № 13

г. Уссурийск 2022 г.

Конспект физкультурно-оздоровительного мероприятия с детьми старшего дошкольного возраста «День здоровья»

Тема: «Вперед по дороге Здоровья!»

Цель: закрепление представлений детей о значении физической культуры и спорта для здорового образа жизни.

Задачи:

1. Развивать умения технично выполнять физические упражнения.
2. Развивать точность, меткость, самостоятельность.
3. Формировать осознанную потребность в двигательной деятельности.
4. Расширять представления о разных видах спорта.
5. Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью.

Необходимое оборудование (мероприятие проводится в зале):

- костюм Незнайки;
- проектор;
- слайды презентации с ответами на вопросы викторины (8 шт.);
- разрезные картинки с видами спорта (3 шт.);
- скакалки (4 шт.);
- мишень (2 шт.);
- шарики на липучках для мишени (10 шт.);
- зеленые и красные кружочки (диаметр 15 см) (по количеству детей);
- подарки для детей и родителей (участников состязаний);
- слайды презентации с изображением полезных и вредных продуктов питания;
- веселые музыкальные композиции.

Предварительная работа: с детьми проводится беседа на тему «Что такое здоровый образ жизни?», дети заучивают стихотворения о здоровье, спорте и движении. На мероприятие приглашаются дети и их родители.

Результат: у детей повысился интерес к ведению здорового образа жизни, двигательной активности, расширились представления о разных видах спорта, сформировалась осознанная потребность в двигательной деятельности.

Ход мероприятия

Вводная часть

Мероприятие проводится в зале. По бокам у стены на стульчиках сидят дети, в отдалении – родители. Звучит музыка. Выходит воспитатель.

Воспитатель: Здравствуйте, дети! Здравствуйте, дорогие гости – наши родители! Сегодня у нас особенный день – День здоровья. Здоровье очень ценно для каждого из нас. Когда здоровье есть – мы веселы и энергичны, а когда хвораем, нам ничего не хочется, все дается с большим трудом, мы расстраиваемся. Я предлагаю вам сегодня вместе пройти вперед по дороге Здоровья. Для этого нужно выполнить задания и получить призы. Также сегодня мы будем танцевать и играть. Вы согласны?

Дети (хором): Да!

Сюрпризный момент. В зал входит Незнайка. Незнайка согнулся, у него болит спина.

Незнайка причитает: Ой, ой, ой...

Воспитатель: Здравствуй, Незнайка! Что это с тобой случилось?

Незнайка: Спина у меня заболела.

Воспитатель: Как так? Ведь ты еще так молод, а уже спина болит! Наверное, ты очень долго сидел за компьютером, играл в игры?

Незнайка: Да, весь день был за компьютером...

Воспитатель: Незнайка, чтобы не болеть, нужно вести здоровый образ жизни. Если ты хочешь не болеть, выполняй задания сегодня вместе с нашими детьми и гостями. А сейчас мы спросим у ребят, что нужно делать, чтобы быть здоровым. Дети, как вы думаете? Поднимайте руку и отвечайте с места по одному.

Дети: Есть фрукты и ягоды, гулять, бегать, делать зарядку, не сидеть долго за компьютером, вовремя ходить к врачу, заниматься спортом, много двигаться.

Основная часть

Воспитатель: На дороге Здоровья у нас есть несколько станций. Первая станция – Танцевальная. Когда мы танцуем, наше тело двигается, а это хорошо для нашего здоровья! Сейчас мы проведем конкурс. Я приглашаю 5 детей со своими родителями. Кто хочет потанцевать?

Дети и родители выходят в центр зала.

Воспитатель: Сейчас мы выберем самую подвижную и веселую пару!

Дети и родители танцуют.

Воспитатель: Уважаемые зрители, дети и родители! Давайте выберем самую подвижную и веселую пару. Ваши аплодисменты помогут нам выбрать победителя. За кого громче, тот и выиграл.

Определяется победитель, воспитатель вручает призы всем участникам.

Воспитатель: Наша вторая станция – Спортивная. Здесь нас ждет викторина. Я буду вам рассказывать о видах спорта, а вы постарайтесь их отгадать. Вы отвечаете, а потом правильный ответ мы увидим на экране.

Воспитатель: Без чего судья не может выйти на поле?

Дети: Без свистка.

Воспитатель: Верно. Правильный ответ – на экране. Второй вопрос: в этом спорте спортсмены наносят друг другу уколы?

Дети: В фехтовании.

Воспитатель: Как называется обувь футболистов?

Дети: Футбольные бутсы.

Воспитатель: Цель этой спортивной игры – забросить мяч в корзину противника.

Дети: Баскетбол.

Воспитатель: Какой вид спорта называют «королевой спорта»?

Дети: Лёгкая атлетика.

Воспитатель: В каком виде спорта есть ракетки и воланы?

Дети: Бадминтон.

Воспитатель: В какой игре все хотят забить шайбу в ворота с помощью клюшки?

Дети: Хоккей.

Воспитатель: Эта игра очень древняя. В ней два игрока и 16 фигур на каждой стороне.

Дети: Шахматы.

Воспитатель: Какая спортивная игра самая любимая?

Ответы детей.

Воспитатель: Это был вопрос с подвохом. Здесь нет однозначного ответа. Правильный ответ – у каждого своя любимая спортивная игра.

Воспитатель: А сейчас мне нужны три команды по четыре человека в каждой.

Дети собираются в команды.

Воспитатель: Посмотрим, как вы умеете составлять разрезные картинки. Первая команда получает картинку «Футбол», вторая команда – «Баскетбол», третья команда – «Хоккей». Побеждает команда, которая соберет картинку первой. Начали!

Команды выполняют задание. Воспитатель объявляет победителя, вручает призы всем участникам.

Воспитатель: Дети, вы когда-нибудь играть в баскетбол? Предлагаю вам стать сейчас настоящими баскетболистами. Кто хочет участвовать в спортивном состязании? Мне нужно 3 участника.

Подбираются участники.

Воспитатель: Вот мяч. По очереди отбивайте мяч о пол. Кто больше раз отобьет мяч, тот победил. Мне нужен кто-то из родителей, кто станет судьей (будет считать). Кто из пап хочет стать спортивным судьей?

Выходит папа (спортивный судья). Включается музыка. Дети по очереди отбивают мяч. Определяется победитель.

Воспитатель: А теперь я приглашаю трех родителей на такое же спортивное состязание. Кто из родителей хочет стать баскетболистом?

Проводится аналогичный конкурс с участием пап. Определяются победители. Вручаются призы детям и родителям (всем участникам).

Воспитатель: Дорогие гости! Дети приготовили для вас стихи о здоровье. Приглашаю наших детей.

Дети читают стихи о здоровье, спорте, движении.

Воспитатель: Дети и родители! Приглашаю вас на нашу третью станцию, которая называется станция Подвижная. Посмотрим, умеете ли вы выполнять гимнастику? Дети, кто из вас хочет стать тренером и показать гимнастику для остальных ребят?

Вызывается ребенок.

Воспитатель (обращается к детям): Повторяйте упражнения.

Воспитатель (обращается к Незнайке): А ты, Незнайка, повторяй за нами!

Дети выстраиваются. Ребенок показывает физкультурные упражнения, звучит музыка.

Самостоятельная деятельность детей. Дети и Незнайка повторяют под музыку за ребенком. Физкультурные упражнения: приседания, наклоны, прыжки, повороты и т.д.

Воспитатель: Вы молодцы, ребята! Хорошо умеете выполнять упражнения! Движение очень важно для здоровья. Вы любите двигаться? А прыгать?

Ответы детей.

Воспитатель (обращается к Незнайке): А ты, Незнайка, умеешь прыгать через скакалку?

Незнайка: Конечно! Я все могу и все знаю!

Воспитатель (обращается к Незнайке): Ну, попробуй! Вот тебе скакалка. Начинай!

Звучит ритмичная музыка. Незнайка нелепо прыгает. Дети смеются.

Воспитатель: Дети, давайте научим Незнайку прыгать через скакалку. Кто хочет показать?

Вызываются несколько детей. Прыгают через скакалку под музыку. Незнайка повторяет за ними.

Воспитатель: Отправляемся дальше по дороге Здоровья. Наша четвертая станция называется так – станция Меткость. Вам нужно попасть шариками на липучках в мишень. Побеждает та команда, которая наберет наибольшее количество очков. А для этого нужно попасть точно в цель. Мне нужно две команды. В каждой команде по 5 детей. Кто хочет участвовать?

Собирается две команды.

Воспитатель: Правила такие – каждый бросает шарик в мишень один раз. Потом считаем, какая команда набрала больше очков.

Дети под музыку бросают липкие шарики в мишень. Подсчитываются результаты. Определяется команда победителей.

Воспитатель: Приглашаю всех на нашу пятую станцию, она называется – Полезная еда. Мы же с вами знаем о том, что правильное питание очень важно для нашего здоровья! Полезные продукты дают нам здоровье и силы, а вредные продукты отнимают них. Я раздаю детям кружочки зеленого и красного цвета. Я буду показывать вам на экране продукты питания, а вы определите, какие из них полезные, а какие вредны. Когда вы увидите на экране полезные продукты, поднимайте зеленый кружок, а когда увидите вредные продукты – поднимайте красный кружок. Итак, внимание на экран!

Воспитатель показывает детям фотографии полезных и вредных продуктов, а дети поднимают кружочки.

Заключительная часть

Воспитатель (обращается к Незнайке): Незнайка, теперь ты понял, что нужно делать для того, чтобы быть здоровым, чтобы ничего не болело?

Незнайка: Да. Нужно есть полезные продукты, выполнять правила гигиены, и очень важно быть активным, быть в движении, делать физические упражнения, заниматься спортом.

Воспитатель (обращается к Незнайке): Все верно, Незнайка.

Воспитатель: Вот и завершился наш День здоровья. Сегодня мы весело провели время, узнали много полезного и зарядились положительными эмоциями! Дети, вам понравился наш День здоровья? Что вы сегодня узнали нового? Как быть здоровым?

Ответы детей.

Воспитатель: Сегодня дети и родители постарались, показали, что они знают, как быть здоровым. Доказали, как важно движение для здоровья. Я благодарю всех за участие в нашем мероприятии!

Звучит веселая музыка.

Список использованных источников

1. Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста. – М.: ЮРАЙТ, 2021. – 350 с.
2. Семенова Т.А. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста. – М.: ИНФРА-М, 2019. – 448 с.
3. Соломенникова Н. М. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. – М.: Учитель, 2020. – 135 с.
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования. – М.: Сфера, 2023. – 208 с.