

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
« Медведевский детский сад « Солнышко»
Джанкойский район Республика Крым



КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЕ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

« ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»

Выполнила воспитатель старшей группы : Дункабаш М . Н.

2025г.

Цель: Закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, приобщать детей к занятиям физкультурой и к здоровому образу жизни.

Задачи: развивать двигательные навыки; развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах; создать радостное эмоциональное настроение.

Посobie: 2 мяча, 12 кубиков, 2 обруча, 20 мешочков с песком, маленький мешочек с предметами гигиены.

Ход праздника:

дети в спортивной форме под марш входят в зал

Воспитатель: Здравствуйте ребята! Здравствуйте уважаемые гости! Сегодня 7 апреля вся страна отмечает- один из самых замечательных праздников в году, когда все люди показывают, как они дружат с физкультурой и спортом. Ведь от того, насколько часто вы занимаетесь спортом, зависит, каким будет ваше здоровье. И сегодня мы покажем друг другу, как мы любим спорт и любим им заниматься.

Все собрались? Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

На спортивную площадку приглашаю, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья начинаем мы сейчас.

Сегодня мы вспомним с вами всё, что нужно делать, чтобы быть здоровыми.

А начинается наш день с зарядки. Давайте все вместе выполним зарядку. Дети отвечают...



Упражнение «Мы ногами, мы руками...»

Мы ногами топ-топ (топают ногами),

Мы руками хлоп-хлоп (хлопают руками),

Мы глазами миг-миг (мигают глазами),

Мы плечами чик-чик (поднимают поочередно то правое, то левое плечо).

Раз – сюда, раз – туда,

Повернись вокруг себя. (Повороты вокруг себя.)

Раз – присели (приседают, руки на поясе),
 Два – привстали (поднимаются, руки на поясе).
 Руки кверху все подняли (поднимают руки вверх),
 Сели – встали, сели – встали (то приседают, то встают, руки на поясе),
 Ванькой-встанькой словно стали. (Легкое покачивание головой вправо-влево.)
 Руки к телу все прижали
 И подскоки делать стали.
 Раз-два, раз-два,
 Заниматься нам пора. (Шагают на месте.)
В зал входит доктор



Витаминкина: Так-так, а что это у вас здесь происходит?
Воспитатель: Спортивные соревнования, посвященные Дню здоровья!
Витаминкина: Здоровье-это хорошо! А вы-то, все здоровы?
Дети: Здоровы!
Витаминкина: А кто это вам сказал, что вы здоровы? Только я - доктор
 Витаминкина, могу сказать, что вы здоровы! А я этого пока не говорила. Для
 начало надо вас осмотреть (обходит детей, заглядывает в рот, слушает,
 обращается к ведущему)
Витаминкина: Вы таблетки им давали?
Воспитатель: Нет!
Витаминкина: А может микстуру или касторку?
Воспитатель: Нет!
Витаминкина : Не поняла! В чем же тогда секрет здоровья ребят?
Воспитатель: Сейчас они сами об этом расскажут.
1.Ребёнок: Чтоб здоровье сохранить
 Организм свой укрепить
 Знает вся моя семья
 Должен быть режим у дня.



2. Нам пилюли и микстуры

И в мороз и холода
Заменяет физкультура
И холодная вода.

3. Приучай себя к порядку,

Делай каждый день зарядку.
Смейся веселей, будешь здоровей.



4. В мире нет рецепта лучше

Будь со спортом неразлучен,
Проживёшь сто лет-
Вот и весь секрет!

Воспитатель. Ну что ж доктор, после осмотра разрешите нам начать соревнования и показать какие наши ребята смелые, ловкие и умелые ребята. В наших соревнованиях будут принимать участие две команды : «**Силачи**» и «**Смельчаки**»

Эстафета №1 «Без рук»



(По два человека перенести мяч не задевая его руками, зажав между животами)

Эстафета «Шофер»



(капитаны за рулем – в обруче, подбегают к команде и по одному человеку перевозят к финишу)

Загадки:

1. Спортсмены лишь лучшие на пьедестале
Вручают торжественно всем им ...**(Медали)**

2. Утром раньше поднимайся,
Прыгай, бегай, отжимайся.
Для здоровья, для порядка
Людам всем нужна....**(зарядка)**

3. Хочешь ты побить рекорд?
Так тебе поможет...**(Спорт)**

4. Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.
По дороге едут ноги
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ:
Это мой ... **(велосипед)**

5. Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки.
А несу меня не кони,
А блестящие ...**(коньки)**

6. Чтоб большим спортсменом стать,
Нужно очень много знать.
Вам поможет здесь сноровка,
И, конечно, ... **(тренировка)**

7. Не обижен, а надут,
Его по полю ведут.
А ударят –нипочем –
Не угнаться за ... **мячом**

Витаминкина: Хорошо, загадки отгадали, а вот сможете вы на ощупь угадать предметы, которые помогают нам соблюдать чистоту? (достаёт волшебный мешочек, в котором лежат предметы гигиены.)

Игра «Волшебный мешочек»

Конкурс капитанов: В следующем конкурсе капитанам команд необходимо внимательно посмотреть на картинки и разделить полезную еду от вредной.



Витаминкина: Ой какие же молодцы ваши ребята, они не только сильные и смелые, но еще очень разборчивы в еде. Теперь я знаю, что для того чтобы не болеть, нужно заниматься спортом и правильно питаться! Пойду в гости к другим ребятам и проверю ведут ли они здоровый образ жизни? А вам я желаю не болеть, продолжать заниматься спортом, закаляться, чаще улыбаться и всегда быть в хорошем настроении. Тогда никакие болезни вам не страшны! (уходит)

Вед: Наш спортивный праздник подошел к концу! Я желаю вам ребята быть здоровыми! Гуляйте побольше на воздухе! Ешьте побольше фруктов и овощей! Зимой и летом занимайтесь физкультурой! Ведь быть здоровым -так здорово!

Дети под музыку выходят из зала