

*Конспект физкультурного развлечения для старшей группы
« Веселые витаминки »*



Цели: закрепить представление детей о здоровом образе жизни, формировать привычки к здоровому образу жизни

Задачи:

Оздоровительные

- Совершенствовать физические качества, укреплять опорно-двигательный аппарат, дыхательную систему.

Образовательные

- Закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыков и пользе здорового питания и витаминов.

Воспитывающие

- Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, занятиям спортом.

Интеграция образовательных областей

Социально – коммуникативное развитие, познавательное, речевое развитие.

Оборудование Мячи малого и большого диаметра, кегли, клюшки, кольца малого диаметра, кубики

Предварительная работа беседа на тему « Витамины- защитники организма»



Ход занятия.

Инструктор: Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать,
Как здоровым стать.

Что необходимо делать, чтобы быть здоровым?

Дети отвечают: закаляться, заниматься физкультурой и спортом, кушать много овощей и фруктов, там много витаминов и т.д.

Инструктор: Сегодня наше занятие посвящено дню здоровья, мы проведем веселые спортивные эстафеты. Но для начала мы с вами сделаем разминку и поделимся на команды. (ходьба

Инструктор: Считается, что Легкая атлетика - королева спорта:

1. *эстафета «передай эстафету»* (две команды по равному количеству детей, первые участники с кольцом в руках бежит до стойки и обратно, передают кольцо вторым участникам и т.д.)

2. *эстафета «ведение мяча»* (две команды по равному количеству детей, должны провести мяч «змейкой» между кубиками)

3. *эстафета «хоккей»* (две команды по равному количеству детей, должны с помощью клюшки провести малый мяч до кегли).

Инструктор: Вот и подошли к концу наши веселые эстафеты, а победила дружба. А в награду за ваше выступление я вас угашу фруктами, в которых очень много витамин.

