

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 19 «Зёрнышко»

Конспект занятия

Образовательная область

Физическое развитие

Тема:

«ЦВЕТОК ЗДОРОВЬЯ»

Воспитатель: Николаева О.Ю.

**Программное содержание.** Упражнять детей в ходьбе с выполнением движений по кругу и между предметами; закрепить основные правила подвижных игр; познакомить с новой подвижной игрой «Витаминки»; развивать выносливость, ловкость, быстроту, находчивость; воспитывать положительные взаимоотношения между сверстниками.

**Пособия.** Палки по количеству детей, кегли; шарики двух цветов с цифрами от 1 до 10; музыкальное сопровождение.

### **Ход:**

**Воспитатель:** Говорят, есть волшебный цветок здоровья. Кто его найдет и понюхает, будет самым сильным, самым ловким, а главное самым здоровым. Растет этот цветок в стране «Неболейка». Добраться до него нелегко. Как бы я хотела хоть раз понюхать этот волшебный цветок, чтобы всегда быть здоровой, А вы хотите?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Так, может быть, совершим это путешествие?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** в одну шеренгу становись! Направо (Раз, два). Налево (Раз, два). Направо (Раз, два).

**Воспитатель:** Тогда не будем терять времени - в путь! Звучит музыка.

**1 часть.** Дети идут по кругу, выполняя движения.

1. Ходьба на носках.
2. Ходьба на пятках, держать руки за головой.
3. Ходьба в полуприсяде.
4. Ходьба змейкой.
5. Бег.
6. Ходьба с выполнением дыхательного упражнения.

Дети стоят в одной шеренге. Воспитатель показывает таблички с указателями и читает надпись:

«Налево пойдешь - в сонное царство попадешь».

«Прямо пойдешь - здоровье найдешь».

«Направо пойдешь - гору сладостей найдешь».

**Воспитатель:** Какую дорогу вы выберите?

**Дети:** Мы пойдем прямо?

**Воспитатель:** А может, ляжете спать или конфет поедите?

**Дети:** Нет.

**Воспитатель:** Тогда вперед.

***Дети идут по залу и берут палки для общеразвивающих упражнений.***

**Воспитатель:** Направляющий на месте..... «Стой!» (Раз, два).

Налево (Раз, два). На первый – второй рассчитайсь! Вторые номера 2 шага вперед (Раз, два)

**II часть.**

Общеразвивающие упражнения с палкой

1. И.П.- осн. стойка, палка внизу, 1- правую ногу назад, палку на прямых руках вверх, 2- и.п., 3-4 тоже левой ногой.
2. И.П. - осн. стойка, палка вниз, 1- выпад правой ногой вперед, палка на прямых руках на колено, 2- и.п., 3-4 тоже левой ногой.
3. И.П. – ноги вместе, палка у груди, 1- присесть, палку на прямых руках вынести вперед, 2- и.п., 3-4-повтор.
4. И.П.- стойка в упоре на коленях, палка вниз, 1- поворот вправо, 2- и.п., 3-4 тоже в другую сторону.
5. И.П.- сидя на полу, ноги врозь, палка на бедре, 1,2,3- наклон вперед, палку к правой ноге, между ног, к левой ноге, 4- и.п.
6. И.П.- осн. стойка, палка внизу,1- прыжком ноги врозь в стороны, палка на прямых руках вверх, 2- и.п., выполняется на счёт1-8, шаг на месте на счет 1-8, затем повтор ещё одной серии прыжков.
7. И.П.- основная стойка, палка внизу, поднять палку вверх – вдох, опустить - выдох.

**Воспитатель:** Вторые номера два шага назад (Раз, два). Направо (Раз, два). В обход по залу шагом ...марш!).

***Дети идут по залу и кладут инвентарь на место.***

**Воспитатель:** Направляющий на месте... «Стой!» (Раз, два). Половину пути прошли, осталось еще половина.

***Основные виды движений***

**Воспитатель:** Ребята, слышите... Что это за звук? (звучит фонограмма метели)

**Дети:** Это вьюга, метель.

**Воспитатель:** Почему вьюга воет?

**Дети:** Потому что зима на улице.

**Воспитатель:** Намела большие сугробы вьюга, нам надо их преодолеть. Направо (Раз, два). Через «сугробы» шагом марш !

***Ходьба с перешагиванием через предметы.***

**Воспитатель:** На пути у нас болото, которое зимой не замерзает. Как мы пойдем через болото?

**Дети:** Через болото мы пойдем по кочкам.

***Прыжки с кочки на кочку.***

**Воспитатель:** Теперь нам нужно подняться в гору.

***Ходьба по наклонной доске.***

**Воспитатель:** А это снежный туннель, через который нужно проползти.

***Дети проползают через туннель.***

**Воспитатель:** Молодцы, все препятствия преодолели. Мне, кажется волшебный цветок «здоровья» уже совсем близко. Сейчас я вас познакомлю с

новой подвижной игрой «Витаминки». Но сначала давайте вспомним правила поведения во время подвижных игр.....

- Играй честно, по правилам
- Выиграл – не зазнавайся
- Проиграл – не плач
- Не толкай своих товарищей

### **Подвижная игра «Витаминки»**

Цель: закрепить знание цветов, порядковый и обратный счет; развивать внимание, ловкость; воспитывать чувство коллективизма.

Дети делятся на две команды. Одна – красные витаминки, другая – желтые.

По сигналу дети среди шаров разных цветов должны найти свой цвет с цифрой и встать в свою команду в порядке возрастания цифр. Второй вариант игры: встать в свою команду в порядке убывания.

Воспитатель: Молодцы. Я, что-то чую. Это цветок «здоровья» распустился. Да не один, здесь целая поляна замечательных цветов. *(Показывает цветы, сделанные из-под контейнеров киндерсюрприз, в которые вложены кусочки чеснока).* Понюхайте, их! *(Дети берут цветы, нюхают).* Чем пахнут цветы здоровья?

Дети: Цветы пахнут чесноком.

Воспитатель: Запах чеснока отпугивает микробы.

**III часть.** Воспитатель: Дети, вам понравилось играть?

Я тоже очень люблю играть с вами в подвижные игры, потому что вижу, что вы становитесь более ловкими, организованными, смелыми, а самое главное здоровыми детьми.

Воспитатель: Молодцы! В одну колонну становись! В группу шагом марш!

