МБДОУ Д/C №20 «Дельфин»

Конспект организационной образовательной деятельности.

Спортивный досуг в старшей подготовительной группе

**«Путешествие в страну здоровья с Айболитом».**

Подготовила:

Инструктор по физической культуре

Прибыткова Ю.О.

Апрель2015

**Задачи:**

**Воспитательные:**

-Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

-Воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе.

-Воспитывать умения выполнять движения быстро, осознанно, ловко и красиво.

**Развивающие:**

-Развивать способы двигательной деятельности.

-Развивать общую и мелкую моторику, быстроту и координация движений.

-Совершенствовать двигательные умения и навыки.

**Образовательные:**

-Систематизировать знания детей о том, что надо заботиться о своём здоровье.

-Учить играм с элементами соревнований.

-Учить сочетать движения тела и ритм речи.

**Ход занятий:**

**Воспитатель:** Ребята, сегодня у нас необычное занятие. Вы любите путешествовать?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Но прежде, чем отправиться в путешествие, скажите, пожалуйста, что самое главное для человека?

**Дети:** Здоровье.

**Воспитатель:** Правильно, ведь если человек здоров, он весёлый, радостный, работоспособный.

Сегодня я вам предлагаю отправиться в страну «Здоровья» с Айболитом.

(Раздаётся стук в дверь).

Воспитатель выходит посмотреть, кто там?

Вбегает доктор Айболит.

**Айболит:** «Здравствуйте!»

**Дети:** Здравствуйте!

**Айболит:** По полям, по лесам

По лугам я бежал, спешил

И только два слова твердил.

Детский сад, детский сад.

И вот я здесь.

У вас ангина??

**Дети:** Нет!

**Айболит:** У вас скарлатина??

**Дети:** Нет!

**Айболит:** У вас холера??

**Дети:** Нет!

**Айболит:** Дифтерит??

**Дети:** Нет!

**Айболит:** У вас аппендицит??

**Дети:** Нет!

**Айболит:** А может быть бронхит??

**Дети:** Нет, нет, нет!!!

**Айболит:** Значит вы все здоровы?

**Дети:** Да!

**Айболит:** А я всё-таки осмотрю вас( осматривает детей)

И вправду все здоровы, весёлые, загорелые,

А я знаю, куда вы собрались. В страну «Здоровья».

У меня есть вот такой цветик - семицветик. Он нам поможет попасть в эту чудесную страну «Здоровья».

(открывает лепесток и говорит)

Ты лети, лети лепесток

Через Запад на Восток

Через Север, через Юг

Возвращайся, сделав круг

Лишь коснёшься ты земли в стране «Здоровья»

Там оказаться помоги.

**Айболит:** Мы с вами очутились в стране «Здоровья»

(звучит запись: пение птиц, шум воды, детский смех)

Дети слушают, улыбаются.

Ребята, а что такое здоровье?

Ведь люди, приветствуя друг друга, говорят «Здравствуйте! Как Ваше здоровье? Хорошее ли у Вас настроение?»

Говорят: Хорошее настроение - половина здоровья.

Так что же такое здоровье?

**Дети:** здоровый человек красив и приятен в общении, легко преодолевает трудности, умеет хорошо работать, учится и отдыхать. Здоровый человек: весёлый, радостный, внимательный к себе и к окружающим людям и т.д

**Айболит:** А что бы быть бодрым, энергичным, здоровым весь день, что надо делать по утрам?

**Дети:** Зарядку!

**Айболит:** А кто знает пословицу о зарядке?

**1ребёнок:** Здоровье в порядке,

Спасибо зарядке.

**Айболит:** А кто знает стихотворение про зарядку?

**2ребёнок:** Приучайтесь день встречать

С утренней зарядкой,

Чтоб с осанкою прямой,  
 Было всё в порядке.

**Айболит:** Ну что вы готовы к зарядке?

**Дети:** Да.

1. Ходьба в колонке по одному, ходьба на пятках, руки за голову(локти в сторону). Ходьба на носках, руки на поясе, бег змейкой с переходом на спокойную ходьбу, с дыхательными упражнениями, перестроение в три колонны.

**Айболит:** Молодцы, хорошо выполняли задания, взбодрились.

А теперь послушайте загадку:

**Он круглый, плотный, полосатый**

**Нравится он всем ребятам**

**Может долго он скакать,**

**И совсем не уставать.**

**Дети:** Это мяч.

**Айболит:** А теперь я посмотрю, какие вы ловкие и меткие, нужно попасть в обруч мячом.

Эстафета с мячом **«Попади в обруч».**

(ребёнок отбивает мяч двумя руками, идя до ориентира, оттуда кидает мяч в обруч, обратно возвращается бегом и передаёт эстафету следующему).

**Айболит:** Молодцы!!! Старались попасть в обруч!!!

- Ребята, а кто знает пословицы о здоровье?

**1ребёнок:** Здоровье сокровище, которое всегда при тебе.

**2ребёнок**: Забота о здоровье лучшее лекарство.

**3ребёнок:** Здоровье - дороже всего.

**4ребёнок:** В здоровом теле – здоровый дух.

**5ребёнок:** Двигайся больше – проживёшь дольше.

**6ребёнок:** Богатство – ни что без здоровья, ведь здоровье не купишь.

**Айболит:** Молодцы ребята, как много пословиц о здоровье вы знаете.

Дети а вы любите играть??

**Дети:** Да.

**Айболит:** Хорошо, а какие виды спорта вы знаете?

**Дети:** Хоккей, футбол, ходьба на лыжах, коньки, бокс, бег, бадминтон.

**Айболит:** А теперь будет несколько заданий на проявление гибкости, ловкости, выносливости.

***Дети строятся в две колонны. Игра – эстафета:***

1. Прыгают в обручи на одной и двух ногах;
2. Пролезают боком в обруч;
3. Обегают вокруг стойки, и передают эстафету следующему участнику.

**Айболит:**  Молодцы ребята! Как ловко и правильно вы все сделали.

Дети, а у вас руки сильные? Я сейчас посмотрю.

***Дети строятся в две колонны и выполняют следующее задание:***

1. Проползают на животе, по гимнастической скамейки.
2. Перепрыгивают через натянутый шнур.
3. Обегают стойку и передают эстафету следующему участнику.

**Айболит:** Правда, дети. У вас крепкие и сильные руки. Вы хорошо выполнили задания. Дети, а вы знаете стихи о здоровье??

**Дети:** Да.

**1ребёнок:** Береги своё здоровье,

Каждый должен твёрдо знать,

Здоровье надо сохранять.

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься.

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться,

И всегда дружить с водой.

**2ребёнок:** И тогда все люди в мире,

Долго, долго будут жить

И запомни, что здоровье,

В магазине не купить.

**Айболит:** А вы хотите ещё поиграть?

**Дети:** Да.

**Айболит:** Игра называется «Кот в сапогах».

Дети строятся в две команды. Для эстафеты используются колоши большого размера. Каждый участник по сигналу должен быстро надеть колошу и добежать до финиша. Но на пути у него три стойки, между которыми он должен пробежать «змейкой».

**Айболит:** А сейчас поиграем в игру «Море волнуется».

**Айболит:** Молодцы ребята! Вы все сделали красивые и интересные фигуры.

Дети мне у вас очень понравилось. Вижу, что вы все здоровые, ловкие, сильные, много знаете и умеете. И за это я вам хочу подарить витамины (открывает свой чемоданчик и достаёт оттуда угощения).

А мне пора уходить!!! Отрывает лепесток со словами: «Ты лети, лети лепесток…»

-До свидания ребята!!!

**Уходит….**

*Появляется воспитатель.*

**Воспитатель:** Ребята, я сейчас встретила доктора Айболита, он сказал, что был у вас, Вы ему очень понравились . И представляете, около детского сада опустилась корзина с большими шарами. Доктор Айболит сел в эту корзину и полетел к своим друзьям. Ну, а мы возвращаемся в группу.