**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 126 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга**

**Конспект**

**Совместная деятельность с детьми**

**Физкультурный досуг**

**«Витамины в стране здоровья»**

**Старший дошкольный возраст**

**Выполнила:**

**Инструктор по физической культуре Трубникова О.В.**

**Санкт-Петербург**

**2015 год**

**Цель:** формирование положительного отношения к занятиям физической культурой и потребности к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

* Совершенствовать двигательные умения навыки.
* Стимулировать детей к включению в процесс двигательной активности.
* Создать положительный эмоциональный комфорт у детей.
* Закрепить знания о зимних видах спорта.
* Воспитывать у детей товарищество, чувство коллективизма, уважительное отношение к сверстникам, а так же спортивный характер.
* Доставить детям радость от совместной деятельности.

**Оборудование**: 10 шт. – желтых мячей для сухого бассейна, 10 шт. – зеленых мячей для сухого бассейна, 10 шт. – синих мячей для сухого бассейна, 3 шт. – корзины, 2 шт. – шарфа, 2 шт. – пластиковых зайца, 10 шт. – плюшевых морковок, 1шт. – мяч.

**Подготовка к мероприятию**: Беседы с детьми о пользе витаминов, о зимних видах спорта и о здоровом образе жизни.

**Музыкальное сопровождение**: для начала праздника – мини попурри песен о спорте, музыкально-ритмическое упражнение - «Аэробика» («Ритмопластика» А.И. Бурениной, в.4), выход микроба – «Разбойники» («Танцевальный калейдоскоп» Е.Ю. Суханова, Л.А. Новикова ), заключительный танец - «Будьте здоровы» (из кинофильма «Точка, точка, запятая…»).

**Используемыетехнологии**: здоровьесберегающая технология, игровая технология, личностно-ориентированная технология.

**Ход мероприятия:**

Под музыку дети выходят на центральную площадь детского сада.

**Витаминка**: Здравствуйте ребята. Рада вас всех здесь видеть.

Я - Витаминка

Мое платье в апельсинках

Живет витаминки в стране Витаминии

И в этой стране не бывает уныния.

Как ваше здоровье дети? Что помогает вам быть здоровыми?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись, не зевай и не ленись,

На разминку становись!

Музыкально-ритмическое упражнение: «Веселая страна Витаминия»

**Витаминка**: Молодцы ребята! Сегодня я принесла вам целый мешек с витаминами. Хотите знать, что спрятано в моем мешке?

Тогда отгадайте загадку:

Этот фрукт под Новый Год

Каждый в дом к себе зовет.

Им и елку украшают,

И детишек угощают.

(мандарин)

Под музыку на площадку вбегает Микроб, и отнимает у Витаминки пакет с мандаринами.

**Микроб**: Здравствуйте ребята!

Очень вредный я Микроб

Посмотри на мой ты лоб

Я с болезнями дружу

К ним на помощь прихожу

Я, Микроб, селен как зверь

Хочешь верь, или не верь.

Вот друзья мои - бациллы

Очень ведь они мне милы.

Если руки не помыл –

В миг микробов заманил.

Я лицом бываю бледен

И почти что не заметен

Бойтесь, дети, вы меня

Берегитесь, как огня!

Хотите получить обратно свой пакет с подарками? Тогда вам надо пройти мои испытания! Готовы? Садимся в волшебные сани-скороходы и отправляемся в путешествие. Но в начале получите волшебные конверты.

Микроб раздает командам маршрутные карты. После дети отправляются на станции проходить испытания!

1. Станция Апельсинки. (Территория группы «Пчелка»)

Апельсинка: От простуды и ангины

Помогают апельсины.

Ну, а лучше есть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Эстафета «Лимон-Яблоко»:

Оборудование: 10шт. – желтых мячей из сухого бассейна, 10шт. – зеленых мячей из сухого бассейна, 10шт. – синих мячей из сухого бассейна, 3шт. – корзины.

Участники делятся на две команды. Напротив каждой команды стоят две пустые корзины и одна корзина с мячами. По команде: «На старт, Внимание, Марш» участники первой команда добегают до корзины и перекладывают по одному желтому мячу, дети второй команды перекладывают только зеленые мячи. Эстафета передается следующему игроку ударом по правому плечу. Побеждает та команда, участники которой быстрее переложили мячи своего цвета.

1. Станция Аскорбинки. ( Территория группы «Почемучка»)

Аскорбинка: Ни когда не унываю

 И улыбка на лице

Потому что принимаю

Витамины: А,В,С

Эстафета «Одевайся теплее»:

Оборудование: 2 шт. - шарфа.

Участники делятся на две команды. Напротив каждой команды стоит воспитатель. В руках первых игроков ШАРФ. По команде: «На старт, Внимание, Марш» участники добегают до воспитателя и одевают ему на шею шарф. Передает эстафету следующему участнику ударом по правому плечу. Второй игрок добегает до воспитателя и снимает с него шарф.

1. Станция Морковки. (Территория группы «Теремок»)

Морковка: Я – морковка, рыжий хвостик.

Приходите чаще в гости.

Чтобы глазки заблестели,

Чтобы щечки заалели,

Ешь морковку, сок мой пей,

Будешь только здоровей!

Эстафета (Полезные морковки)

Оборудование: 2шт. – пластиковые зайцы, 10 шт. – плюшевых морковок.

Участники делятся на две команды. Напротив каждой команды стоит пластиковый заяц. У каждого участника эстафеты в руках морковки. По команде: «На старт, Внимание, Марш» участники прыгают на двух ногах до зайца, оставляют рядом с ним морковку и бегов возвращаются в команду. Эстафета передается следующему игроку ударом по правому плечу. Побеждает команда чьи игроки быстрее перенесут морковки зайцу.

1. Станция Витаминки. (Цнтральная площадь детского сада)

Игра «Полезная фигура»

Участники распределяются на расстоянии вытянутой руки друг от друга.

Ведущий говорит слова:

«Ветер подул Раз

Ветер подул Два

Ветер подул Три

Зимний вид спорта покажи»

После дети замирают изображая фигуру спортсмена.

1. Станция Арбузика (Территория группы «Дюймовочка»)

Арбуз: Круглый я и гладкий,

Большой, тяжелый, сладкий.

Мякоть моя красная –

Снадобье прекрасное.

Игра: «Полезное не полезное»

Инвентарь: Мяч – 1 шт.

Участники встают в круг. Ведущий стоит в центре круга. Ведущий кидает мяч любому игроку и одновременно называет полезную или неполезную еду. Если "это" полезное - игрок должен поймать мяч. Если неполезное - отбить его.

После прохождения всех испытаний все участники соревнований выстраиваются на центральной площадке детского сада, где их уже ждут Витаминка и Микроб.

**Микроб**: Молодцы ребята, видел я как ловко, смело и быстро вы прошли мои сложные испытания. Давайте напоследок станцуем с вами вместе веселый танец.

Музыкально-ритмическое упражнение: «Будьте здоровы».

**Витаминка**: Микроб, ребята все твои испытания прошли, танец с тобой станцевали, не хочешь ли ты вернуть им пакет с мандаринами?

**Микроб**: Конечно, конечно я верну ребятам их заслуженные подарки.

Микроб отдает мешок с подарками воспитателям групп.

**Витаминака** и **Микроб**:

Вот настал момент прощаться

Будет кратка наша речь

Говорим вам «До свиданья»

До счастливых новых встреч!