**ВОРОНЕЖСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИНСТИТУТ**

**ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И ПЕРЕПОДГОТОВКИ**

**РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ДОШКОЛЬНОГО**

**ОБРАЗОВАНИЯ**

**ИНТЕГРИРОВАННАЯ НОД**

**ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И**

**ПЕДАГОГА - ПСИХОЛОГА ДОО**

**КОНСПЕКТ ИТОГОВОГО МЕРОПРИЯТИЯ**

**«Витамины и я - лучшие друзья»**

**Выполнила**

**слушатель курсов**

**повышения квалификации**

**инструктор по физической культуре ДОО:**

# Шатских Л.И., ВКК

# МКДОУ «ЦРР-д/с№4» пгт Анна

**ВОРОНЕЖ 2014**

**Цель:** воспитание привычки в занятиях физической культурой .

**Задачи:**

**1.**Воспитать осознанное отношение в ведении здорового образа

жизни.

2.Расширить интеллектуальный диапазон дошкольников о значении витаминов для здоровья.

3. Воспитать креативное отношение к двигательной деятельности.

4.Гармонизировать притязания ребёнка на социальное пространство его личности (права и обязанности).

5.Развитить саморефлексию, рефлексию, средства общения.

6. Популяризировать физкультурно - оздоровительную деятельность.

7. Создать благоприятно-эмоциональный климат.

**Инвентарь** **и оборудование:** ТСО, кассеты с музыкальной записью,

обручи, мячи по количеству детей, булавы, кегли,

муляжи овощей и фруктов,

ленты для художественной гимнастики, костюм витаминки,

стилизованные венки «Дары осени»,

2 больших игрушечных грузовика, 2 лейки, 6 малых мячей, 4 имитационных зелёных стручков ( пластиковых бутылок), маски овощей, витаминов,

2 больших мяча,

2 тканевых тоннеля,

домики для витаминов А, В, С, Д, Е,

картинки лимона, подсолнуха, груши, моркови, рыбки,

разноцветные малые мячи.

**Предварительная работа:**

1. Чтение художественной литературы.

2. Рассматривание репродукций, иллюстраций на спортивную тематику.

3.Создание презентации «Дары осени».

4. Просмотр видеоматериалов по теме.

5. Беседы о спорте.

6.Разучивание стихов, слушание песен о спорте, загадывание загадок.

7. Выставка рисунков «Я здоровый».

8. Проведение подвижных игр.

**Приоритетные виды детской деятельности**:

* + двигательная,
  + игровая,
    - коммуникативная.

Звучит музыка-марш. Дети в спортивной форме входят в празднично украшенный зал и располагаются по периметру. Зал украшен мерцающей гирляндой и тематически оформлен тканью.

Инструктор по физической культуре: я рада приветствовать вас, дорогие ребята, на спортивном празднике. Сегодня мы с вами через подвижные игры и различные упражнения расскажем о значении витаминов для здоровья.

Проблемная ситуация. А что вы знаете о них?.......

У нас в гостях необычный герой- Витаминка.

Под « Итальянскую польку» (муз. Сергея Рахманинова) входит педагог- психолог в костюме Витаминки.

Витаминка( педагог- психолог) : Здравствуйте, ребята! Я уверена, что вы все слышали о витаминах, очень важных для здоровья веществах. А живут они в различных продуктах питания, Витаминов в продуктах не видно, но они там есть, и очень нужны человеку, особенно вам, детям. Больше всего витаминов в овощах , фруктах и ягодах..

Инструктор по физической культуре: Сейчас дети покажут известные вам овощи и попытаются сварить из них суп.

Дети играют в игру: «Мы не овощи, а дети и вариться не хотим».

Витаминка ( педагог- психолог): Повеселили нас ребята. А теперь все вместе покажем, как хозяйка дома готовила суп.

Дети: имитация

Психогимнастика «Овощи»(сл. Ю. Тувима)

Хозяйка однажды с базара пришла,

Хозяйка с базара домой принесла:

Картошку,

Капусту,

Морковку,

Горох,

Петрушку и свёклу.

Ох!

Вот овощи спор завели на столе-

Кто лучше, вкусней и нужней на земле:

Картошка?

Капуста?

Морковка?

Горох?

Петрушка иль свёкла?

Ох!…

Хозяйка тем временем ножик взяла

И ножиком этим крошить начала:

Картошку,

Капусту,

Морковку,

Горох,

Петрушку и свёклу.

Ох!…

Накрытые крышкой в душном горшке

Кипели, кипели в крутом кипятке:

Картошка,

Капуста,

Морковка,

Горох,

Петрушка и свёкла.

Ох!…

И суп овощной оказался неплох!

Витаминка ( педагог- психолог) : Дети, я хочу вам сказать, что витаминов много, но самые главные из них обозначаются буквами А, В, С, Д, Е.

*Витамина А* много в морковке, сливочном масле, в апельсине, в помидоре, тыкве. Витамин А называют витамином роста и зрения.

*Витамин В* находится в крупах, фасоле, горохе, в хлебе, в грушах. Витамин В способствует хорошей работе сердца и нервной системы.

*Витамин С* есть в лимоне, смородине, яблоке. Витамин С укрепляет весь организм и помогает справиться с простудой.

*Витамин Д* находится в рыбьем жире и образуется только на солнышке.. Витамин Д делает наши кости крепкими. Поэтому нужно чаще гулять на улице.

*Витамина Е* много в растительном масле, которое делают из подсолнуха. Витамин Е делает кожу гладкой.

Инструктор по физической культуре раскладывает «обручи-домики» для витаминов.

Дети играют в подвижную игру «Найди свой витамин»: дети с картинками фруктов двигаются под музыку по кругу, по окончании музыки раскладывают картинки фруктов к своим витаминам.

Витаминка ( педагог- психолог): Хорошо запомнили ребята, в каких продуктах встречаются витамины .Придумано очень давно просто , мудро, а главное полезно, заготавливать витамины на зиму: сушить яблоки, груши, сливы, делать соки, компоты, варенье. А сейчас мы с вами будем заквашивать на зиму капусту, в которой очень много витамина С.

Дети выполняют пальчиковую игру « Засолка капусты»,

имитируя соответствующие действия.

Мы капусту рубим, рубим, рубим;

Мы морковку трём, трём, трём;

Мы капусту солим, солим, солим;

Мы капусту жмём, жмём, жмём.

Инструктор по физической культуре раздаёт мальчикам старшей группы принадлежности для самомассажа ладоней и стоп.

Дети встают друг за другом, кладут ладони на спину впереди стоящего и выполняют массаж « Суп».

Чики- чики- чики- ща! *Поглаживание ладонями спины снизу вверх*

Вот капуста для борща *Лёгкое похлопывание ладонями*

Покрошу картошки, *Постукивание рёбрами ладоней справа,*

Свёколки, морковки, *слева от позвоночника*

Полголовки лучку, *Поколачивание кулачками снизу вверх*

Да зубочек чесночку

Чики- чики- чок! *Поглаживание ладонями спины*

И готов борщичок!

Витаминка ( педагог- психолог) : мои младшие сестрички- витаминки спешат подарить вам необычный ГПБ "Утро"

Девочки из старшей группы в стилизованных венках (фрукты, ягоды) «Калинушка».(слова и музыка Ю.Михайленко)

Витаминка ( педагог- психолог) : Чтобы быть здоровым, крепким,

Вам совет даю нехитрый:

Уважайте вы продукты,

Ешьте овощи и фрукты.

Четыре ребёнка исполняют частушки про здоровый образ жизни:

Все здоровый образ жизни

Мы с ребятами ведём,

Хоть ещё мы дошколята,

От взрослых мы не отстаём!

Будем мы всегда здоровы,

Будем крепкими расти,

Если спортом заниматься, -

Станешь самым сильным ты!

Про таблетки и лекарства

Позабудьте навсегда,

Пусть у вас друзьями станут

Солнце, воздух и вода!

Вам понравились частушки?

Мы пропели их для вас!

Всем желаем мы здоровья

В этот светлый добрый час!

Витаминка ( педагог- психолог) : Спасибо!

Инструктор по физической культуре: ребята, девочки дарят вам незабываемый номер- показательное выступление по художественной гимнастике.

Девочки выполняют упражнения с лентами под вальс (муз. Свиридова Г.)

Инструктор по физической культуре: *Представление судебной бригады.*

Дети делятся на две команды: «помидорчики» и « огурчики».

Инструктор по физической культуре проводит «весёлые старты».

Э С Т А Ф Е Т Ы:

1. Пробежка с «витамином»: одна команда передаёт друг другу муляж огурца, а другая – муляж помидора
2. « Посадка и сбор урожая»: 1-й участник сажает картошку, 2-й поливает лейкой, 3-й собирает.
3. Перевозка урожая: на грузовике перевезти по одному овощу.
4. Витаминная сортировка: разложить по цвету малые мячи в красный, жёлтый, зелёный обручи, в домики к витаминам, а рыбку к витамину Д.
5. Передача арбуза: мяч над головой.
6. Весёлые попрыгунчики: прыжки на больших мячах.
7. Ценный груз: удержать шарик в паре грудью.
8. Вершки- корешки: кто больше назовёт овощей.
9. Зимний запас: на четвереньках в упоре сзади перенести яблоки на животе.
10. Спелая горошина: заполнить стручок малыми мячами.
11. Теплица: пролезть в тканевый туннель и выбрать из картинок только тепличные овощи.
12. Конкурс капитанов: определить на ощупь овощи и фрукты.

Инструктор по физической культуре :Игра на внимание:

ягоды- руки вверх,

фрукты- руки в стороны,

овощи- руки вниз.

Инструктор по физической культуре:

*Слово предоставляется главному судье соревнования: заведующему ДОО.*

*Подведение итогов.*

Витаминка ( педагог- психолог) : *Уважаемые родители*! Покажите свою эрудицию.

Конкурс «Кто больше назовёт блюд из картофеля?»

Витаминка ( педагог- психолог) : приглашает для чтения стихотворений детей . 1 ребенок : Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, В, С.

( педагог- психолог) *Витамин А нужен для зрения.*

2 ребенок : Помни истину простую-

Лучше видит тот,

Кто жуёт морковь сырую

Или сок морковный пьёт.

( педагог- психолог) *Витамин В помогает работе сердца.*

3 ребенок : Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку,

Чёрный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

( педагог- психолог) *Витамин Д делает наши руки и ноги крепкими.*

4 ребенок : Рыбий жир всего полезней,

Хоть противный- надо пить,

Он спасёт от всех болезней,

Без болезней лучше жить.

( педагог- психолог) *Витамин С укрепляет весь организм.*

5 ребенок : От простуды и ангины

Помогают апельсины,

Ну а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

(Л.Зильберг.)

Инструктор по физической культуре: Рефлексия - Ребята, вам понравидось?.....

Мне очень радостно видеть вас, дорогие ребята, весёлыми, здоровыми, крепкими, сильными. И впредь всегда ешьте много витаминов и занимайтесь физкультурой и спортом! А в группе вас ждёт витаминный сюрприз. До свидания, друзья!

Дети под марш проходят круг почёта и выходят из зала.