Конспект семейного развлечения по ЗОЖ “В здоровом теле – здоровый дух” в старшей группе

Провела: Китанова В. О.

Г. Набережные Челны

2015 г.

**Программное содержание:** закрепить знания о ЗОЖ, побуждать детей применять умения и навыки ЗОЖ. **Место проведения:** спортивный зал. **Оборудование:** 4 – обруча, муляжи фруктов, 2 деревянные ложки, 2 яйца, 2 мяча. **ООД: Ведущий:** Наш праздник собрал людей Со всех краев и областей Улыбки вам дарить не лень? Так улыбайтесь целый день! Здоровый смех полезен. **Входит** **доктор Доктор:** Здравствуйте, дети. Врача вызывали? У кого голова болит? У кого горло? **Ведущий:** Здравствуйте, доктор. У нас все здоровы. Больным в детский сад приходить нельзя – можно заразить других. **Доктор:** Я принес для вас лекарство (показывает) на все случаи жизни. **Ведущий:** Нам лекарство не нужно, наши дети обходятся и без лекарства. **Доктор:** Как без них? Медицина – это серьезная наука. **Ведущий:** А наши дети следят за своим здоровьем и не болеют. **Ведущий:** Сегодня мы здесь собрались провести праздник по ЗОЖ, а вас доктор мы приглашаем в жюри и оценить нас. **Команды встали на приветствие. 3 группа.** Команда “Смешарики” Девиз наш: “Спорт и смех” **5 группа.** Команда “Крепыши” Девиз наш: “Мы сильные и смелые” И так, обе команды готовы к празднику. **1**. **Умственная разминка.** Назови вид спорта на картинках. (Хоккей, баскетбол, волейбол, плавание, художественная гимнастика, бокс, лыжный спорт, легкая атлетика, футбол, конный спорт, синхронное плавание, стрельба из лука). **2. “Эрудит”** 1 – какую помощь надо оказывать человеку, если у него болят зубы? (обратиться к врачу). 2 – какие органы помогают нам узнать какого цвета предметы? (органы зрения). 3 – с помощью каких органов мы узнаем, что нас зовут на обед?(органы слуха). 4 – по каким признакам можно определить, что человек простудился? (температура, кашель, насморк). 5 – по каким признакам можно определить, что человек ушиб колено? (кровь, опухоль, боль, трудно наступать). 6 – как нужно вести себя, чтоб не позволить микробам проникнуть в организм? (следить за гигиеной). 7 – как правильно ухаживать за зубами? (чистить зубы 2 – раза в день, полоскать после еды, посещать 2 – раза в год зубного врача). 8 – как человек выражает радость? 9 – как нужно готовиться ко сну? 10 – какие вы знаете пословицы о здоровье? (“в здоровом теле – здоровый дух”, “чистота – залог здоровья”, “спорт – это жизнь”, “здоровье – это движение”). **3. Танцевальные движения под русскую народную мелодию. 1. Эстафета “Собери полезные продукты”** Каждая команда добегает по очереди, друг за другом, берут из обруча полезный продукт и возвращается на свое место, полезные продукты складываются в обруч, находящийся рядом с командой. **2.** **“Пронеси мяч над головой” 3. “Не урони яйцо” 4. “Закинь мяч в кольцо” 5. Наши ребята посещают спортивные секции:** 1. Ваня и Никита “Хоккей” 2. Артур – каратэ 3. Даниил – Дзюдо, Аскар – каратэ 4. Танцевальный кружок: Софья Р., Каролина, Софья М., Настя, Милана М., Ксения **6. А теперь предлагаем вам посмотреть наши спортивные движения… 7. Построение 2 – х команд. 8. Слова ведущего. 9. Слова доктора.**

**В конце: Доктор:** Мне все ясно. Теперь я знаю, что можно заменить микстуры и пилюли. Обе команды – молодцы. И я награждаю вас полезными фруктами.