

Воробьева Елена Валерьевна, воспитатель
первой квалификационной категории,
Муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения
детского сада № 18
общеразвивающего вида
г.Мончегорска

Семинар-практикум

«Творчество педагогов в организации оздоровительной деятельности с детьми»

Конспект физкультурного досуга
«Антошка в гостях у ребят»
(вторая младшая группа)

Задачи:

- формировать основы здорового образа жизни, потребность заниматься физической культурой,
- развивать у детей координацию движений, ловкость и быстроту реакции,
- воспитывать чувство симпатии к товарищам; умение играть вместе; доставить ощущение радости.

Материал:

- канат,
- верёвка,
- обручи.

Предварительная работа:

- заучивание четверостиший о здоровье,
- рассматривание иллюстраций о физкультуре и спорте,
- разучивание комплекса утренней гимнастики,
- подвижные игры, эстафеты.

Ход досуга.

Дети под звуки марша входят в спортивный зал.

Воспитатель. Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о здоровье и о том, как его укреплять!

Вбегает Антошка с большой ложкой.

Антошка. В гости к вам пришёл Антошка!

Вот моя большая ложка!

Люблю повеселиться, особенно поесть,

На травке поваляться и мультик посмотреть.

Что за праздник здесь у вас,

Споры и волнения?

Где печенья, где же торт,

Где же угощение?

Воспитатель. Мы сегодня с ребятами говорим о том, для чего нужно человеку крепкое здоровье?
Антошка. Крепкое здоровье? А что такое здоровье я не знаю? Объясните мне, друзья!

1 ребенок:

Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну, а утром не лениться—
На зарядку становиться!

2 ребенок:

Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.

3 ребенок:

На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

4 ребенок:

Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!

Антошка. А я ничего такого не знаю и ничего не делаю.

Воспитатель. Объясняю по порядку,
Начинаю день с зарядки!

Антошка. Зарядка? Что это? Вкусно?

Пирожки с капустой,
Компот или кисель?
Люблю я всё, поверь!

Воспитатель. Да, нет. Вставай скорее в строй!
Займёмся мы сейчас тобой!

Дети вместе с Антошкой и родителями выполняют комплекс утренней гимнастики по сказке «Репка»

I часть.

- «Дедушка идёт на огород» - ходьба обычная,
- «Идёт через брёвнышки» - ходьба с высоким подниманием колен,
- «Надо спешить» - бег обычный,
- ходьба с перестроением, дыхательное упражнение «у-у-уф»

II часть.

1. «Выросла репка большая-пребольшая» - и.п. - стоя, руки внизу - руки поднять вверх, подняться на носки, руки опустить - 5 р.
2. «Дедушка тянет репку» - и.п. - стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе - наклоны вперёд, руками тянемся вперёд - 4р.
3. «Дед смотрит, где бабка и внучка» - и.п. - стоя, ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, ладошками изобразить «бинокль» - повороты вправо-влево, смотрим в «бинокль» - по 3 р.
4. «На помощь спешит Жучка» - и.п. - стоя на коленях, руки на поясе - сесть на пятки, произнести «Гав!», вернуться в и.п. - 4р.
5. «Жучка позвала кошку» - и.п. - стоя на четвереньках - «вилять хвостиком» - по 3р.
6. «Мышка выглядывает из норки» - и.п. - лёжа на животе, руки согнутые у плеча - подняться на вытянутых руках - 5 р.
7. «Все вытянули репку» - и.п. - стоя, ноги вместе, руки на поясе - прыжки на двух ногах вместе/ ходьба на месте.
8. «Душистая репка» - дыхательное упражнение «а-а-ах».

III часть.

- «Возвращение домой» - ходьба обычная, бег в медленном темпе,
- «Хорошо потрудились» - дыхательное упражнение «у-у-ух»

Антошка. Вот это да, намял бока!
Работа эта нелегка.

Ну, а теперь я лучше полежу,
Я собственным здоровьем
Пока что дорожу! (укладывается спать)

Воспитатель. Нет, так дело не пойдёт. Давайте мы его разбудим.

Подвижная игра «Найди и разбуди» - дети располагаются на одной стороне площадки. Антошка находится поодаль – он спит. Дети идут и произносят слова, выполняя в соответствии со словами движения. После этих слов Антошка просыпается и догоняет детей – повторить 2 раза.

Дети по лесу гуляли,
И Антошку все искали.
Стали детки все скакать,
Стали ножками стучать.
Наш Антошенька, вставай,
Деток быстро догоняй!

Воспитатель. Мышцы крепкие нужны,
Руки сильные важны!
В строй скорее становись
Да крепче за канат держись!

Игра «Перетягивание каната»

Антошка. Руки ноют, ноги ноют,
Меня здоровье беспокоит!

Воспитатель. У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня-лень,
С ней борись ты каждый день.
Чтоб здоровьем завидным отличаться,
Надо больше тренироваться!

Элементы эстафеты «Кто быстрее нарисует человечка» - дети строятся в две колонны. Перед ними кладут 4 обруча, в конце стоят мольберты. По команде первая пара прыгает на двух ногах из обруча в обруч, останавливается у мольберта, и начинает рисовать, следующая пара продолжает и т.д. Выигрывает та команда, которая быстрее нарисует человечка.

Антошка. Как мне весело с вами! И самое главное, что я понял — надо укреплять своё здоровье и заниматься физкультурой! Пойду, расскажу своим друзьям, чему вы меня научили.

Воспитатель. На прощанье мой наказ:
Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,
Чтоб прогнать усталость, лень,
Ешьте витамины каждый день!
Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!
Помогают нам всегда – солнце, воздух и вода!
Крепла, чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!

Дети угощают фруктами Антошку, он благодарит детей за все, прощается и уходит.