**Конспект на тему «Движение – жизнь!» в старшей группе компенсирующей направленности.**

Подготовил воспитатель Путилова Марина Владимировна.

Цель:формирование интереса к здоровому образу жизни, своему здоровью, движениям и спорту.

Задачи: развивать двигательные навыки; внимание, ловкость, быстроту, выдержку и внимание в играх и эстафетах; создать радостное эмоциональное настроение. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье.

Оборудование:стульчики; корзины с шариками мячами; ложки; мячи; обручи; кегли.

**Ход мероприятия:**

Ежегодно 7 апреля отмечается Всемирный день здоровья. Самое главное в жизни человека – это здоровье. В нашем детском саду главной задачей является сохранение и укрепление здоровья наших воспитанников, а также воспитание ценностного отношения к здоровью. 7 апреля 2023 года приняли участие в спортивном флешмобе дети гр. «Колокольчик».

Флешмоб проходил под девизом:

Выше руки! Шире плечи!

Раз, два, три! Дыши ровней!

От флешмоба станешь крепче,

Станешь радостней, дружней!

Ты танцуй, а не ленись!

Бегай, прыгай,

Улыбнись!!!

**Ведущая:** Здравствуйте, ребята! Сегодня в нашем детском саду проходит праздник «День здоровья».

Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно,
Только надо знать, как здоровым стать?

Как здоровым стать? Что такое здоровье? *(Ответы детей)*

**Ведущая:** Да, здоровье - это когда человек сильный, крепкий и никогда ничем не болеет. Но для этого он должен заниматься спортом, закаляться, есть фрукты и овощи.

Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!
Приучай себя к порядку, делай по утрам зарядку.
Смейся веселей, будешь здоровей.
У нас все по порядку! Ну-ка, стройся на зарядку! *Дети выполняют под музыку ритмическую гимнастику.*

**Ведущая:** Для чего люди занимаются спортом? Какие виды спорта вы знаете? Какие спортсмены изображены на картинках? *(показ иллюстраций)* **Игровое упражнение «Отгадай загадку»**

Соберем команду в школе и найдем большое поле.

Пробиваем угловой - забиваем головой!

И в воротах пятый гол! Очень любим мы... *(футбол)*

В этом спорте игроки все ловки и высоки.

Любят в мяч они играть и в кольцо его кидать.

Мячик звонко бьет об пол, значит, это... *(баскетбол)*

Две дощечки на ногах и две палочки в руках.

Если мы дощечки смажем - снежный экстра-класс покажем!

Зимние рекорды ближе тем, кто очень любит*...(лыжи)*

И мальчишки, и девчонки очень любят нас зимой,

Режут лед узором тонким, не хотят идти домой.

Мы изящны и легки, мы - фигурные... *(коньки)*

**Ведущий:** Молодцы, ребята! Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться! Ребята, нужно быть внимательными, если еда полезная – отвечать «Да», если не полезная – «Нет».

Вас прошу я дать ответ: это правда или нет?
Чтоб с микробами не знаться, надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать, надо целый день проспать?

Если хочешь сильным быть, со спортом надобно дружить?

Хочешь самым крепким стать? Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов - будешь сильным и красивым?

Каша – вкусная еда. Это нам полезно?

Лук зелёный иногда нам полезен, дети?

В луже грязная вода нам полезна иногда?

Щи – отличная еда. Это нам полезно?

Мухоморный суп всегда… Это нам полезно?

Фрукты – просто красота! Это нам полезно?

Грязных ягод иногда съесть полезно, детки?

Овощей растёт гряда. Овощи полезны?

Сок, компотик иногда нам полезны, дети?

Съесть мешок большой конфет это вредно дети?

Лишь полезная еда на столе у нас всегда!

А раз полезная еда – будем мы здоровы?

**Ведущий:** Дети, а вы знаете, чтобы быть здоровым, нужно не только кушать витамины и быть сильным! Нужно еще знать и выполнять правила личной гигиены. Какие правила гигиены ребята мы с вами соблюдаем дома и в детском саду? *(Мы умываемся по утрам и вечерам, чистим зубы и др.)* Для чего это надо делать? *(Чтобы быть чистыми, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была здоровой, чтобы быть закаленными, чтобы смыть микробы.)*Как попадают микробы в организм? (*при чихании, кашле, не прикрывая рот; если не мыть руки перед едой, после туалета; не мыть овощи, фрукты.)*Что нужно выполнять, чтобы уберечься от них? *(Ответы детей).* Ребята чтобы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники. Про них я загадаю загадки.
Ускользает, как живое, но не выпущу его,
Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. *(Мыло)*
Вот какой забавный случай: поселилась в ванной туча.
Дождик льется с потолка мне на спину и бока.
До чего ж приятно это! Дождик теплый подогретый,
На полу не видно луж. Все ребята любят … *(душ)*
**Ведущий:** Ребята, я слышу, что кто-то в гости к нам спешит….. *(Звучит музыка заходит Доктор)*

**Доктор:** Здравствуйте дети!

**Ведущий:** Кто же это?

**Доктор:**Я доктор Пилюлькин. Так-так, а что это у вас здесь происходит?

**Ведущий и дети:** Сегодня праздник – День здоровья. И мы проводим спортивные соревнования,

посвященные Дню здоровья!
**Доктор:** Спорт – это залог здоровья! А вы-то, все здоровы? *(Здоровы).* А кто это вам сказал, что вы здоровы? Только я - доктор Пилюлькин, могу сказать, что вы здоровы! А я этого пока не говорил. Для начала надо вас осмотреть *(обходит детей, заглядывает в рот, слушает).* Зубы чистите всегда? *(Да).* Руки моете водой и с …. *(Мылом)*. А расчёсываетесь чем? *(Расчёской*). А неряхи, лентяи среди вас есть? *(Нет)*. Вы таблетки им давали? А может микстуру или касторку?
**Ведущий:** Нет!

**Доктор:** Не понял! В чем же тогда секрет здоровья ребят?

**Ведущий:** Ты Пилюлькин, не волнуйся, лучше с нами тренируйся. Ребята, скажите, с чего мы начинаем утро? *(с зарядки)*

**Ведущая:**

Подтянись, не зевай и не ленись,

На разминку становись!

**Песня «Делайте, делайте зарядку!»**

**Доктор:**Молодцы ребята! Отлично выполнили зарядку. Я тоже хочу испытать ребят. Дети вы согласны? В круг скорее вставайте и игру начинайте.

**Игра: «Где мы были мы не скажем, а что делали, покажем»**

*(Один ребёнок водящий выходит из зала, дети, которые в зале договариваются, что будут изображать т.е. мыть руки, расчесываться, стирать, чисть зубы и т.д. Приглашается водящий он говорит: «Здравствуйте, дети. «Где вы были? Что вы дела­ли?». Дети отвечают хором: «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем». Дети изображают, например, моют руки). Для продолжения игры выбирается другой водящий.*

**Ведущая**: Предлагаю вам ребята и тебе доктор Пилюлькин устроить соревнования.

Внимание, внимание! Начинаем соревнования.

**Доктор:**Ой. Я же температуру не измерил *(достаёт большие градусники и начинает мерить температуру детям).* Вижу температуры ни у кого нет, значит можно дальше веселиться.

Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать!

Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться! Прошу загадку отгадать:

В овощах живут и фруктах и во многих есть продуктах,

А кто летом в лес пойдет их в ягодах найдет. *(Витамины)*

А для чего нам нужны витамины? *(Правильно, они необходимы, чтобы все наши органы хорошо работали, а кости и мышцы росли и развивались, так мы будем здоровыми и сильными).*

**Эстафета «Кто быстрее соберет витамины»**

*Участвуют 2-3 команды. На противоположной от команды стороне находятся корзины с разноцветными шариками – витаминами. У первых игроков в руках деревянная ложка. Каждая команда должна перенести с помощью ложки все «витамины» в свою корзинку, стоящую около команд. Переносить можно только по одной «витамине». Выигрывает та команда, которая вперед перенесет к себе все «витаминки».*

**Доктор:** Молодцы справились заданием. Послушайте загадку:

Я ягода большая, в конце лета спелая.

И на бахче росла я, а в августе созрела я.

Снаружи я зеленая, внутри, конечно, красная,

И вовсе не солёная, а очень-очень сладкая! *(Арбуз)*

**Ведущая:** А сейчас проведем эстафету, будем переносить арбузы. Развивать силу ваших рук.

**Эстафета «Перенеси арбузы по извилистой дорожке»**

*Для этой эстафеты нужно 4 мячей (по 2 для каждой команды). Перед каждым участником ставится задача: взять два больших, тяжелых арбуза. Пробежать по извилистой дорожке между стойками, оббежать обруч (бахча) и вернуться назад. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.*

**Доктор:**Я увидел, какие ребята быстрые, сильные. Значит здоровье у вас в порядке чтобы быть здоровым, не надо пить таблетки и касторку. Нужно спортом заниматься и правильно питаться. Очень с вами мне было весело, но мне пора в дорогу! Пойду в гости к другим ребятам посмотрю, ведут ли они здоровый образ жизни? А вам желаю не болеть, продолжать заниматься спортом, закаляться, чаще улыбаться и быть в хорошем настроении. Тогда никакие болезни вам не будут страшны. До свиданья, ребята!*(уходит)***Ведущий:** Наш спортивный праздник подошёл к концу. Вам понравилось? Ну, а я желаю вам быть всегда послушными, здоровыми на радость вашим папам и мамам. Будьте здоровы!

В конце мероприятия проводится флешмоб.



