Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Березка»

Физкультурный досуг   
«Соберем полезные гостинцы для зайчат»

Инструктор физ.воспитания:Борисова Валентина Дмитриевна

2017г.

Физкультурный досуг   
«Соберем полезные гостинцы для зайчат»

*Цель*: создание условий для формирования у дошкольников представлений о пользе и **вреде продуктов питания.** Закрепить умение выполнять общеразвивающие упражнения.

Задачи: Образовательные задачи:

- Систематизировать и обобщить знания детей о **продуктах питания**.

- Закрепить представление детей о значении питания в жизни человека

- Научить детей выбирать самые **полезные продукты.**

Развивающие задачи:

- Расширять знания о здоровом питании.

- Помочь детям правильно ориентироваться в ассортименте **продуктов.**

Воспитательные задачи:

- Воспитывать сознательное отношение к здоровому питанию.

- Подвести дошкольников к пониманию, что питаться нужно правильно, чтобы быть здоровыми.

Использование современных образовательных технологий:

Проблемное обучение, игровые методы, здоровьесберегающие технологии.

*Оборудование:* три мягких модуля, скамейка, мешочки с песком, два обруча, четыре невысокие искусственные ели, муляжи: грибы, капуста, картофель, морковь, свекла, репка, маленькие корзиночки для каждого ребенка, 2 каната; флажки на каждого ребенка, четыре коробки (зеленая, красная, синяя, желтая), два больших мяча, три дуги, маска волка, телеграмма.

*Ход досуга*

(*Дети садятся на стульчики полукругом.)*

(Влетает голубь с письмом , письмо падает).

**Физ.Инструктор**: Ребята, что это? (показывает, ребята отвечают)

**Физ.инструктор:** К нам пришло письмо, и от кого же оно? И так на конверте написано, кому письмо и кто отправил, сейчас мы прочитаем. Прислали звери из сказки «Мешок яблок» .

**Физ. Инструктор:** Интересно и что же в нем написано, прочитаем?(ответы детей). Ребята, нас просят звери собрать гостинцы для зайчат, но только из полезных и продуктов.

1.Медведь попросил достать мед с дерева, который собрали пчелы, но чтобы дойти до дерева, нам нужно пройти через большие кочки.

*(Дети друг за другом идут и перешагивают через полосу препятствий.)*

Посмотрите ребята, как высоко висит улей с медом и рядом весят вкусные конфеты, и что же мы будем нашим зайкам доставать? мед или конфеты? Но не забывайте , полезные где много витаминов!

**Физ. Инструктор:** Правильно, мед. Он очень вкусный и полезный. А чем он полезен? (ответы детей)

И когда наши зайчатки заболеют, то мама зайчиха их будет лечить сладким и вкусным медом**.**

**Физ. Инструктор:** Посмотрите, как высоко висит наш улей с медом**,** а что бы его достать нам нужно потренироваться высоко прыгать. Скорее вставайте в круг и сделайте его большим.

*(Дети стоят кругом, а инструктор держа в руках гимнастическую палку с висячим муляжом улья, взрослый держит над головой ребенка палку, а ребенок прыгает, что бы достать улей, далее двигает палку по кругу)*

Мед мы положим в бочонок для меда.

2.Бельчата просят собрать орехи или чипсы, что то я не пойму? Интересно, что же просили собрать бельчата?(ответы детей)

Нет наверно чипсы все таки. (ответы детей)

Ребята а чем полезны орехи?(беседа о пользе орех)

Но чтобы прийти к бельчатам, нам нужно пройти по скамейке и спрыгнуть с неё.

*(Дети друг за другом идут по скамейке.)*

Нам ребята нужно собрать орехи в обручи.

*(Дети встают по двое и берут мешочки с песком, кидают снизу одной рукой стараясь попасть в обруч, лежащий на полу.)*

3.Ёжик долго ходил по лесу и не нашел ни одного гриба. Попросил помочь собрать грибы в эту корзину, но сначала нам нужно дойти до леса, где растут грибы.

*(Дети идут друг за другом «змейкой» между невысокими искусственными деревьями.)*

Посмотрите ребята как много грибов на полянке, теперь берите корзинки и быстрее собирайте их.

*(Проводится игра «Кто больше соберет грибов».)*

4.Ой, опять не могу прочитать у козы есть вкусная , вроде газировка , или…. Не могу понять (ответы детей).

Ребята , а что молоко полезней газировке?

Но чтоб дойти до козы нужно пройти по узкой тропинке.

*(Дети строятся в две колонны с помощью инструктора и идут по канату, лежащему на полу.)*

Ой, какое белое вкусное молоко у козы. А еще в огороде у нее выросла большаякапуста, нам нужно её сбить, а для этого нам понадобятся большие мячи. Будем прицеливаться и катить мяч, чтобы сбить капусту.

*(Четыре ребенка берут мячи, строятся в шеренгу и прокатывают их стараясь сбить лежащий на полу муляж капусты. Следующие четыре ребенка выполняют такое же упражнение.)*

5.Крот живёт под землёй. В его кладовой все овощи разбросаны, и он попросил помочь ему собрать и сложить в ящики. Чтобы попасть в кладовую, нам нужно проползти под дугами.

*(Дети друг за другом ползут под дугами.)*

Ребята, берите флажок понравившегося вам цвета и пойдёмте искать ящики такого же цвета.

*(Дети играют в подвижную игру «Найди свой флажок».  Сначала гуляют, а потом встают рядом с коробкой такого же цвета, как и флажок. В коробках лежат овощи – муляжи: в зеленой – морковь, в синей – картофель, в красной – свекла, в желтой – репка.)*

6.Ребята, мы с вами собрали угощение для маленьких зайчат полезные и вкусные и теперь им нужно отнести их. Посмотрите, к нам навстречу бежит волк, прячьтесь быстрее ребята.

*(Дети играют в подвижную игру «Зайцы и волк», только вместо зайцев – сами дети.)*

Вот и заячий домик, чтобы не напугать маленьких зайчат, мы оставим гостинцы около двери и уйдем