

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №87 «Улыбка» комбинированного вида

Конспект спортивного развлечения в средней группе  
«Я здоровье берегу – быть  
здоровым я хочу!»



Воспитатель: Борисова Ю. С.

Улан-Удэ, 2021 г.

## **Задачи:**

### ***«Физическое направление»***

- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
- Укреплять физическое здоровье детей.
- Увлекать детей спортивными играми, физкультурой.
- Развивать физические качества у детей.
- Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, добрые и дружеские взаимоотношения.

### ***«Познавательное направление»***

- Формировать у детей знания о празднике «Дня здоровья».
- Закрепить знания о пользе здорового питания и витаминов.
- Развивать у детей мышление, внимание.
- Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.

### ***«Речевое направление»***

- Закрепить у детей умение выразительно, громко рассказывать стихотворения, отгадывать загадки.
- Развивать память, внимание, логическое мышление, речевую активность.

### ***«Художественно-эстетическое направление»***

- Формировать у детей умение двигаться под музыку.

## **Ход развлечения.**

**Ведущий:** Ребята, сегодня у нас праздник «День здоровья»

Улыбкой светлой, дружным парадом

День здоровья начать нам надо.

Давайте все дружно крикнем

Дню здоровья: **«Ура! Ура! Ура!»**

**Ведущий:** Дети, а кто скажет, что значит быть здоровым?

**Ведущий:** Правильно, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться. А ещё не сидеть на месте и чаще двигаться.

Ну, раз у вас все хорошо, я хочу проверить ваши знания. Я вам буду загадывать загадки.

1. Должен есть и стар и млад

Овощной всегда.... (*салат*)

2. Будет строен и высок

Тот, кто пьёт фруктовый (*сок*)

3. Знай, корове нелегко

Давать детям.... (*молоко*)

4. Знает твёрдо с детства Глеб

На столе главней всех... (*хлеб*)

5. Ты конфеты не ищи-

Ешь с капустой свежей (*щи*)

6. За окном зима иль лето

На второе нам -.... (*котлета*)

7. Мясо, рыба, крупы, фрукты-

Вместе все они -.... (*продукты*)

**Ведущий:** Молодцы! Все загадки отгадали! Все эти продукты нужны для здорового питания. А вы употребляете в пищу эти продукты?

После того, как дети отгадали загадки, приступаем к играм и эстафетам.

**1. Игра «Мяч по кругу»**

Дети встают в круг, и под музыку передают друг другу мячик. Музыка останавливается. У кого в руке мяч, тот называет полезные для здоровья фрукт или овощ.

**2. Эстафета «Проползи и не задень»**

Дети стоят в колонне по одному. Первый бежит до дуги, проползает под ней, добегают до ориентира и бежит обратно в свою команду.

**3. Эстафета «Мачеха и Золушка»**

В каждой команде первый ребенок – Мачеха, берёт корзину с кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает

корзину следующему игроку – Золушке. Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде).

**Ведущий:** Ребята, вам понравился праздник? А что больше всего вам понравилось?

И в заключение нашего праздника предлагаю веселую игру, которая называется «**Повторяй за мной**». Вставайте все в круг и повторяйте за мной:

Мы ногами топ-топ

Мы руками хлоп-хлоп

Мы глазами миг-миг

Мы плечами чик-чик

Раз - сюда. Два - туда.

Повернись вокруг себя.

Раз - присели. Два - привстали.

Руки кверху все подняли.

Сели, встали. Сели, встали

Руки к телу все прижали

И подскоки делать стали,

А потом пустились вскачь,

Будто мой упругий мяч,

Раз-два, раз-два,

И прощаться нам пора!

