Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребёнка «Детский сад № 243»
г. Барнаула

«Клуб выходного дня»

Конспект совместного мероприятия с родителями «День здоровья»

Старшая группа

Составила и провела:
Шигина Людмила Александровна
воспитатель

Конспект совместного мероприятия с родителями «День здоровья»

Старшая группа

Программное содержание:

1. Приобщать детей к ЗОЖ, прививая любовь к физкультурным упражнениям.
2. Продолжать подводить детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своём здоровье.
3. Развивать физические качества (ловкость, быстроту, выносливость).
4. Развивать умение ориентироваться в пространстве.
5. Закрепить знания детей о носовом дыхании.
6. Способствовать совершенствованию двигательных способностей детей, упражнять в беге, в ходьбе, в метании.
7. Приобщать родителей к работе детского сада по оздоровлению детей.
8. Воспитывать командные качества, доставить детям радость.

Оборудование: костюм Бабы Яги, эмблемы, флажки двух цветов, 2 обруча, 2 клюшки, корзина, шишки, канат, лыжи, подарки, письмо, конфеты.

Воспитатель: Здравствуйте дорогие ребята, уважаемые родители! Мы собрались здесь сегодня, в выходной день все вместе, так как в нашей группе произошло чрезвычайное происшествие. Из нашей группы пропали подарки, приготовленные на праздник девочкам. На месте подарков лежало это письмо:

«Здравствуйте дети! Я живу в лесу. На этой недели у меня был день рождения, мне исполнилось 3000 лет, и я захотела его отметить вместе с вами, а чтобы вы обязательно пришли, забрала ваши подарки. Никого не обижу, не съем. Я в душе не злая совсем.

Лес большой, чтобы вы не заблудились, дорогу я отметила еловыми шишками. До скорой встречи. Ваша Баба Яга».

Воспитатель: - Ребята, от кого это письмо? (от Бабы Яги)

- Зачем она забрала наши подарки? (Чтобы мы к ней пришли на день рождение).
- Пойдём мы к ней в гости, в лес?
- Как же мы дорогу к ней дорогу найдём?
- Чем Баба –Яга отметила дорогу к ней? (шишками)
- Ребята, мы пойдём далеко в лес, от родителей далеко не убегаем, через дорогу переходим, держа взрослых за руку. Чтобы не сбиться с пути, будьте внимательны, ищите шишки, кто нашёл, складываем их в эту корзину.

(идём в лес, приходим на полянку)

Воспитатель: Здравствуй, милая Яга! Как живёшь ты, как нога?

Б.Я.: Ой, болею я друзья, у меня усталый вид, очень горлышко болит. Ломит спину, колет бок... Ох-ох-ох, кто б мне помог.

Воспитатель: Хватит охать и реветь! Стыдно милая болеть! Приходи к нам в детский сад. Там узнаешь от ребят, как здоровой, сильной быть, как без грусти день прожить. Правда, дети? Мы ведь сможем? Бабушке Яге поможем?

Воспитатель: Ребята, что надо делать, чтобы быть здоровы? (Закаляться, физкультурой, спортом заниматься, делать самомассаж, точечный массаж, дыхательную гимнастику и т.д.)

Воспитатель: Конечно, каждый человек может сам укрепить своё здоровье. Ребята, как мы говорим о здоровье: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!»

Б.Я. Ой, молодцы! А я болею, у меня горло болит. Леший приходил, разругались с ним, рассорились, раскричались. Крику, шуму на весь лес было, а теперь совсем говорить не могу – горло болит.

Воспитатель: Как вы думаете, почему Баба Яга заболела? (Потому что кричала на улице). На улице надо говорить тихо, спокойно, не крича. Дышать на улице нужно только носом, чтобы проходя через нос воздух согревался.

Б.Я.: А как это носом? (Дети показывают).

Баба – Яга ложится на снег, усиленно дышит носом.

Воспитатель: Бабушка Яга, что же ты на снегу разлеглась, простынешь.

Б-Я: Ой, ходить мне не охота,
ноженьки мои болят
Меня слушать не хотят.

Воспитатель: Посмотри баба Яга на ребят, какие они все спортивные, закалённые, подтянутые. Дам тебе один совет: «Кто со спортом смело дружит, кто с утра прогонит лень. Будет смелым и здоровым, и весёлым целый день.»

Б.Я.: А вы и со спортом дружите? Я тоже хочу быть сильной, здоровой. Вы мне покажите, как надо заниматься?

Воспитатель: Научим Бабу Ягу? (Да). Давайте разделимся на две команды. Каждая команда придумывает себе название. Клеим эмблемы.

Воспитатель: Но прежде чем соревноваться, нужно размяться. Попрошу сейчас в круг встать и за мною побежать. Дружно, весело шагаем. Приседаем и встаём и ничуть не устаём. В круг все дружненько вставайте, всё за мною повторяйте. (Делаем зарядку).

Проводим эстафеты: Чья команда выполняет задание правильно и быстро, получает флажок.

1. «Чья команда быстрее соберётся». Каждая команда должна построиться сначала дети, за ними их родители.
2. «Прокатить детей в санках». Я смотрю, вы захватили с собой санки. Ребята, а вы кататься на них умеете? Тогда садитесь поудобнее, крепко держитесь, а родители по очереди будут

катать своих детей до флажка и обратно. Чья команда вперёд всех прокатит, та и победит.

3. «Взрослые едут на санках». Сейчас родители будут кататься на санках. Вам нужно доехать до флажка и обратно. Как вам удобно, сидя, лёжа.
4. Закинуть шишки в обручи. По дороге мы насобирали много шишек. Сейчас эти шишки мы будем кидать в обруч. Чья команда больше забросит в обруч шишек.
5. «Загони шишки в обруч» Ой, сколько шишек не попало в обручи, теперь мы попробуем их в обруч забить клюшкой. По одному с клюшкой бегут загоняют одну шишку в обруч , передают клюшку следующему. Чья команда вперёд справится с этим заданием.
6. «Перетягивание каната». Сейчас мы посмотрим какая команда самая сильная.
7. «Эстафета на бег». Сейчас мы будем греться, узнаем, чья команда у нас самая быстрая. Бег. Сначала бегут дети, потом родители.

Подсчёт флажков. Молодцы! Поздравляем!

Б.Я.: Вот спасибо, как я рада. Сразу вдруг и хворь ушла. Стала будто молода. Спасибо, что показали, как надо спортом заниматься, как на улице дышать, разговаривать, чтобы не заболеть.

Как весело мы все играли, старались. Я предлагаю вам отдохнуть, попить чаю, угоститься блинами. И конечно, я поздравляю всех девочек с наступающим праздником весны и возвращаю вам подарки, а всем ребятишкам от меня сладкий сюрприз.

Чаепитие!