**Конспект – развлечение в средней группе детского сада**

**«День здоровья»**

Составитель: воспитатель Енюшина Марина Викторовна

**МБДОУ ДС№3 г. Сасово**

****

**Программное содержание:**

Предоставить детям возможность применять двигательные умения и навыки, приобретенные ранее. Укреплять физическое здоровье детей.  
Развивать любознательность, ловкость, координацию движений.  
Осуществлять взаимосвязь по физическому и экологическому воспитанию между детским садом и семьей.  
Воспитывать любовь к занятиям физической культурой и стремление вести здоровый образ жизни.

**Утро:**

Детей встречают клоуны Здоровейка и Болейка.

**Наблюдение за настроением пришедших.**

Цель: учить детей обращать внимание на грустное настроение других и пытаться помочь, развеселить, улыбнуться. Объяснить взаимосвязь между хорошим настроением и здоровьем.

Клоуны здороваются со всеми. Дети учат Болейку делать это правильно.

**Психогимнастика «Поделись улыбкою своей»**

Рано утром детский сад всех ребят встречает,  
Там игрушки ждут ребят, в уголках скучают.  
Ты по-доброму, очень весело улыбнись,  
С тем, кто хмурится своей радостью поделись!  
И в ладоши мы звонко хлопаем – раз, два, три,  
Мыльные, разноцветные пускаем мы пузыри.

Дети вместе с клоунами пускают мыльные пузыри. Индивидуальная работа с детьми по развитию связной речи. Предложить детям рассказать о том, когда им бывает грустно (весело) и почему.

**Утренняя гимнастика. Комплекс с маленькими мячами.**

Ходьба друг за другом на носочках, обычная ходьба, ходьба со сменой направления (меняется 3 раза). Построение в звенья.

1. «Мячи вместе» - и. п.: о. с., мячи в руках внизу. 1 – мячи вверх вместе, стукнуть один раз, посмотреть на них; 2 – вернуться в и. п. Движения рук через стороны. (6 р.)  
2. «Обхват мячами» - и. п.: то же, руки с мячами в стороны. 1 – обхватить руками грудь, не уронив мячей; 2 – в и. п. (6 р.)  
3. «За коленями» - и. п.: ноги вместе, руки с мячами в стороны. 1-2 – наклон вперед, коснуться мячами за коленями – выдох; 3-4 – в и. п. (5-6 р.)  
4. «Мячики вместе» - и. п.: то же. Повороты туловища вправо, мячи вместе, то же влево. (6 р.)  
5. «Под коленом» - и. п.: то же, руки с мячами на плечах. 1 – приподнять согнутую в колене правую ногу, стукнуть под коленом мячами; 2 – в и. п.; 3-4 – то же под левой ногой. (6 р.)  
6. «Подскоки» - и. п.: то же, руки с мячами внизу. 10 подскоков, меняя положение ног врозь-вместе. Ходьба с постукиванием мячами на месте. (3 р.) Перестроение из звеньев в колонну. Легкий бег друг за другом, мячи за спиной. Обычная ходьба. Упражнение на дыхание.

**Беседа о пользе для здоровья фруктов и овощей.**

Цель: объяснить детям необходимость употреблять в пищу фрукты и овощи.

**Дидактическая игра «Узнай по вкусу»**

Цель: учить детей различать знакомые фрукты и овощи на вкус (яблоко, морковь, апельсин, капуста).

**Настольно-печатная игра «Во саду ли, в огороде»**

Цель: закрепить знания о фруктах и овощах.

**Подвижные игры:**

«Поймай хвостик» (бег, развитие ловкости).  
«Поймай комара» (прыжки в высоту, координация движений).  
«Прятки» (ориентирование в пространстве).

**Занятие и прогулка** [«Веселый поход в парк»](http://vospitatel.com.ua/zaniatia/fizkultura/pohod-v-park.html) (совместно с родителями).

**Вторая половина дня:**

**Гимнастика пробуждения «Бабочка»**

Утром бабочка проснулась.  
Потянулась, улыбнулась.  
Раз – росой она умылась.  
Два – изящно поклонилась.  
Три – взмахнула крыльями.  
Четыре – спинку выгнула.  
Пять – на ножки прыгнула.  
(Повторяется 3 р.)

**Физкультурное развлечение «Физкульт – ура!»**

(По плану инструктора по физической культуре).

Клоуны Здоровейка и Болейка угощают детей фиточаем и рассказывают о его целебных свойствах. Наблюдение за цветками ромашки лекарственной.

Цель: познакомить детей с этим лекарственным растением. Предложить ощутить запах.

**Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для здоровья»**

Клоуны задают вопросы, а дети отвечают либо «вредно», либо «полезно».

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.   
2. Кушать чипсы и пить газировку.  
3. Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.   
4. Гулять на свежем воздухе.  
5. Гулять без шапки под дождем.  
6. Объедаться конфетами, пирожными и мороженым.  
7. Делать по утрам зарядку.  
8. Закаляться.  
9. Поздно ложиться спать.  
10. Кушать овощи и фрукты.

**Подвижные игры-эстафеты:**

**«Перевези лекарства» (бег, координация движений),  
«Займи место в обруче» (прыжки, развитие ловкости),  
«Сбор апельсинов» (метание в цель, развитие глазомера).   
Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника»**

Предложить детям для обыгрывания сюжет «Прививочный день», побуждать детей активнее использовать в ходе игры речь.

Индивидуальная работа по рисованию на тему «Нарисуй, что тебе сегодня понравилось».