***Конспект занятия: «У мишки в гостях»***

***Немыслина Юлия Александровна, воспитатель,***

***МДОУ «Детский сад № 29», г. Саранск***

**Цель:** Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи, фрукты, чтобы противостоять болезням.

Во время прогулки на площадке воспитатель подзывает к себе детей и спрашивает: « Кто из вас, ребята знает, что закалке помогает и полезно нам всегда?»

**Дети:** Солнце, воздух и вода!

**Дети** (поочередно): Чтоб расти нам сильными,

Ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам

Мы зарядку делаем.

К солнцу руки поднимаем,

Дружно, весело шагаем,

Приседаем и встаем

И ничуть не устаем!

**Воспитатель**: Проверим!

Воспитатель раздает обручи или мячи, предлагает выполнить упражнения. (Можно использовать фонограмму или спортивную песню). Затем проводятся игры (2-3 по выбору детей).

Воспитатель предлагает детям пойти в гости… к медведю в лес. Подводит к избушке (на другом конце площадки). Стучится.

- Тук-тук – тук!

**Мишка**: Кто стучится тут?

Из избушки выходит медведь (ряженый ребенок)

**Воспитатель**: Здравствуй, Мишенька! Почему ты такой грустный?

**Мишка:** Я немного толстоват,

Я немного косолап…

Вы поверьте мне, ребята,

В этом я не виноват!

**Воспитатель**: А скажи, Мишутка, нам, чем ты занят по утрам?

**Мишка:** Я, ребята, долго сплю,

До полудня я храплю …

**Воспитатель**: Расскажи нам по порядку:

Часто ль делаешь зарядку?

Спортом занимаешься?

Водою закаляешься?

(Мишка качает головой)

Нет, зарядку-то, ребята,

Я не делал никогда!

Закаляться?- Страшно, братцы!

Ведь холодная вода!

Может, средство есть такое,

Чтобы сильным, ловким стать.

От других не отставать?

**Воспитатель**: Есть такое средство! Есть!

Надо меду меньше есть

Утром долго не валяться,

Физкультурой заниматься!

Бегать, прыгать и скакать,

Душ прохладный принимать!

**Мишка ( чешет лапой в затылке).**

Ой, ой, ой!

Мне не суметь!

Я же все- таки медведь!

**Воспитатель**: Ничего, не бойся, Мишка!

Ты медведь, а не трусишка.

Рядом с нами ты вставай,

Все за нами повторяй!

Дети выполняют физические упражнения. Мишка неуклюже подражает им

**Воспитатель:** Неважно получается,

Но Мишка так старается!

Как следует поучится-

И он всему научится!

Дети предлагают мишке пролезть под дугой, в обруч, попрыгать через веревочку. Мишка все делает неуклюже, но дети его подбадривают.

**Воспитатель:** А катаются ль медведи на велосипеде?

Мишка (ворчливо): Катаются, катаются!

Вот это - получается!

(Мишке дают велосипед)

**Мишка:** У меня велосипед!

Все ребята смотрят вслед.

Динь-динь, берегись!

На пути не становись!

Показывает детям, как он умеет кататься. Воспитатель предлагает медведю посоревноваться с детьми (с 2-3 поочередно) в езде на велосипеде. Проводится эстафета с препятствиями. Дети делятся на 2 команды, напротив одной становится Мишка, напротив другой, воспитатель.

**Мишка**: Каких спортсменов ловких

Увидел я сейчас.

Что значит - тренировки.

Ну, просто высший класс!

Мне тоже захотелось

Таким спортсменом стать:

Ни в ловкости, ни в силе,

Ни в чем не уступать.

Займусь теперь зарядкой,

Спортсменом стану я,

И, значит чемпионом

Я вырасту, друзья!

**Воспитатель:** Чтобы быть здоровыми

Дары бери садовые!

Витаминная родня-

Дети солнечного дня!

Тот, кто много ест морковки,

Станет сильным, крепким, ловким.

А кто любит, дети, лук-

Вырастает быстро вдруг.

Кто капусту очень любит,

Тот всегда здоровым будет.

Далее он обращается к детям

Чтобы это не забыть,

Нужно вместе повторить:

Тот, кто много ест морковки…

**Дети:** Станет сильным, крепким, ловким!

**Воспитатель**: Верно! А кто любит, дети, лук…

**Дети:** Вырастает быстро вдруг!

**Воспитатель:** Так! Кто капусту очень любит…

**Дети:** Тот всегда здоровым будет!

**Воспитатель**: Молодцы, дети! (Обращается к Мишке). А ты, Мишка, все понял про витамины?

**Мишка:** Сладка ягодка-малина. Очень уж привык я к ней.

Витаминней и полезней нет ее! и нет вкусней!...

Земляничный сок хорош,

Словно летом солнце пьешь!

**Воспитатель**: Угощайся, Мишка! Угощайтесь и вы, дети ,овощами да ягодами.

Воспитатель угощает всех детей фруктами, овощами, ягодами .

**Мишка:** А теперь, детвора, мне идти уж в лес пора. До свидания!

**Дети:** До свидания!

**Вопросы к детям:**

1. Почему Мишка был вначале грустным?
2. Что помогло его развеселить?
3. Что необходимо всем делать, чтобы быть сильными, крепкими, здоровыми?
4. Что вы знаете о витаминах?
5. Где их искать?