

**Представление педагогического опыта работы
инструктора по физической культуре
муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №88» г.о. Саранск
Пивкиной Ирины Ивановны**

Введение.

Тема опыта: «Современные подходы к взаимодействию с родителями и детьми дошкольного возраста по привлечению к здоровому образу жизни»

Сведения об авторе. Пивкина Ирина Ивановна, инструктор по физической культуре МДОУ «Детский сад № 88» г.о. Саранск, образование высшее, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Мордовский государственный педагогический институт имени М.Е. Евсевьева» 2008 г, квалификация по диплому учитель - олигофренопедагог и учитель-логопед, по специальности «Олигофренопедагогика» с дополнительной специальностью «Логопедия». Стаж педагогической работы – 10 лет, в данной организации – 4 года. Имеет высшую квалификационную категорию (Приказ Министерства образования РМ №313 от 26.03.2019 г.).

Актуальность.

В последние годы наблюдается огромный интерес к проблеме индивидуального здоровья человека, что подтверждается большим количеством исследований ведущих ученых России и мира (*И. А. Аршавский, Н.Г. Веселов, М.Я. Виленский, Н.П. Дубинин и др.*). По мнению ученых, необходима концентрированность на детском периоде жизни, т.к. именно этот период определяет развитие потенциальных возможностей взрослого человека.

В детстве человек осуществляет более напряженную, более сложную, чем взрослый, работу по саморефлексии, самопостроению, самоконтролю и саморегулированию. Если ребенок пассивен в этом процессе, то деформируется его социализация, разрушается здоровье.

Поэтому именно на этапе дошкольного возраста приоритетными являются задачи воспитания у детей мотивации на здоровье, ориентации их жизненных интересов на здоровый образ жизни.

Отличительной и главной особенностью физкультуры является приоритет здоровья. В настоящее время физическая культура - это постоянная совместная работа воспитателей, инструктора по физической культуре и родителей над укреплением физического и психического здоровья детей. В последние годы одной из основных задач, стоящих перед детским

садом, является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка. Важность и необходимость такой работы описывают все специалисты дошкольных учреждений, в том числе, и инструкторы по физической культуре ДОО.

На современном этапе, у родителей часто наблюдается нехватка свободного времени, недостаток педагогических знаний, а зачастую личные проблемы не дают возможность быть активными участниками развития и воспитания своего ребёнка. Но, не смотря на различные трудности, каждый из родителей хочет видеть своего ребёнка здоровым, успешным, сильным, крепким и умным. Задача детского сада, в том числе и инструктора по физической культуре помочь каждой семье вырастить и воспитать здорового человека во всех направлениях данного понятия. Основное проявление жизни – это движение, в то же время оно является и средством гармоничного развития личности. Если у нас есть цель видеть новое поколение здоровыми, то мы должны решать проблемы совместно: детский сад, семья и общество.

Основная идея опыта.

Ведущей идеей опыта является формирование у детей и родителей желание заниматься спортом, привлечения их к здоровому образу жизни.

Необходимо убедить родителей в важности физической подготовленности ребенка и приобщение его к здоровому образу жизни. Педагогическое просвещение родителей, включая передачу теоретических знаний, умений и оказание помощи в приобретении практических навыков, а также в распространении положительного семейного опыта воспитания дошкольников необходимо осуществлять систематически, разносторонне.

Родители и сотрудники детского сада – коллеги и соратники, потому что их главная задача сделать всё возможное, чтобы дети были счастливыми и гармоничными личностями. Моя задача – профессионально помочь семье в воспитании детей, при этом, не меняя её, а дополняя и обеспечивая более полное использование её воспитательных функций; создание доброжелательной эмоциональной атмосферы в семье. От участия родителей в работе дошкольной организации выигрывают все и, прежде всего - дети. И не только потому, что они узнают что-то новое. Важно то, что они учатся с уважением, любовью и гордостью смотреть на своих близких (пап, мам, бабушек, дедушек), которые, так много знают, они сильные, ловкие, выносливые, смелые.

Ведущая педагогическая идея это:

— поиск активных форм и методов формирования здорового образа жизни воспитанников, родителей, педагогического коллектива;

— включение каждого ребенка в активную двигательную деятельность;

— создание на занятиях по физической культуре атмосферы сотрудничества, сопереживания, взаимной поддержки.

Теоретическая база.

В настоящее время проблемой формирования здорового образа жизни занимаются учёные из различных областей знаний: медицины и физиологии В.Н. Дубровский, Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков, психологии О.С. Осадчук, экологии З.И. Тюмасева, А.Ф. Аменд и педагогики В.Г. Алямовская, Г.К. Зайцев, Ю.Ф. Змановский, М. Л. Лазарев, О.С. Шнейдер, О.В. Морозова, Т.В. Поштарева, Л.Г. Татарникова, О.Ю. Толстова.

Одновременно с использованием инновационных технологий важнейшим фактором воздействия на личность ребенка является атмосфера родственных эмоциональных связей. Родительская любовь обеспечивает детям эмоциональную защиту и психологический комфорт, дает жизненную опору, а любовь и беспредельное доверие ребёнка делают его особо восприимчивым к их воздействию. Специальные психолого-педагогические и социологические исследования (А.И. Захаров, Ю.П. Литвинене, А.Н. Демидова, В.Я. Титаренко, О.Л. Зверева, Е.П. Арнаутова) показали, что семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства. Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга и должны взаимодействовать во имя полноценного развития ребенка-дошкольника.

Признание приоритета семейного воспитания требует новых отношений дошкольной организации и семьи. Значительный опыт в сфере взаимодействия ДОО и семьи накоплен отечественной педагогической наукой (П. Ф. Каптерев, П. Ф. Лесгафт, Н. К. Крупская, П. П. Блонский, А. С. Макаренко, В. А. Сухомлинский и др.). В современной педагогике выделены основные типы, виды педагогического взаимодействия. В исследованиях Л. В. Байбородовой, Г. М. Андреевой, А. С. Белкина, Х. Й. Лийметса показано многообразие факторов, влияющих на процесс взаимодействия образовательной организации и семьи. В отдельных научных трудах А. А. Гина, Ш. А. Амонашвили, И. А. Зимней, Е. В. Коротаевой и др., нашло отражение осмысление педагогического взаимодействия в образовательном процессе.

Усиление воспитательной и образовательной функции ДОО, эффективности взаимодействия с родителями воспитанников обуславливает необходимость совершенствования форм и способов взаимодействия ДОО и

семьи, педагогов и родителей.

Новизна.

Определение новых ориентиров физического воспитания в дошкольной образовательной организации по взаимодействию с воспитанниками и родителями по привлечению к здоровому образу жизни.

Использование инновационной проектной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности.

Технология опыта.

Работа по взаимодействию с родителями и детьми дошкольного возраста и привлечению к здоровому образу жизни осуществляется с использованием разных видов деятельности. В нашей дошкольной образовательной организации ежегодно разрабатывается план работы с родителями для всех специалистов (с учётом всех особенностей современной семьи) согласно которому, были разработаны конспекты мероприятий: «Наша дружная семья», «День Здоровья», «На рубежах родной страны», «Наши мамы самые спортивные», «Старты Победы» и др. Была составлена картотека подвижных игр.

Благодаря проведению комплекса мероприятий с детьми, педагогами и родителями успешно решается важная задача – приобщение к здоровому образу жизни. Опыт организации физкультурных мероприятий с семьями воспитанников показывает: родители и дети учатся общаться друг с другом, а положительный эмоциональный настрой сплачивает семью, способствует самореализации, так как в организации таких мероприятий всё направлено на то, чтобы сблизить детей и родителей, развить у них чувство взаимопомощи, доставить радость от совместного выполнения заданий. План работы с родителями, составляю учитывая индивидуальные особенности семей каждой возрастной группы. К таким особенностям можно отнести следующие положения:

- группа здоровья ребёнка (особенности заболеваний),
- приоритеты родителей в воспитании детей,
- полная семья или нет,
- принадлежность к той или иной национальности.

Целью взаимодействия инструктора по физической культуре и семьи является: содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

Приоритетными задачами в работе с семьей выделяю:

- повышение компетенции родителей в физическом развитии и воспитании ребёнка,
- приобщение родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение более эффективных форм работы,
- понятие и принятие индивидуальности ребёнка, доверие и уважение к нему, как к личности.

Планируя ту или иную форму работы, я исходила из представлений о современных родителях, готовых к обучению, саморазвитию и сотрудничеству. С учётом этого выдвигаются следующие требования к формам взаимодействия: оригинальность, востребованность, интерактивность.

Для достижения положительного результата, в своей работе я сочетаю различные формы работы с семьей, такие как:

Традиционные формы существуют не одно десятилетие и делятся на следующие группы:

- *коллективные* – родительские собрания, групповые консультации, конференции;
- *индивидуальные* – индивидуальные консультации, беседы;
- *наглядно-информационные* – папки-передвижки, стенды, ширмы, выставки, фотовыставки, дни открытых дверей.

В наши дни особой популярностью как у педагогов ДОО, так и у родителей пользуются **нетрадиционные формы работы**:

- *технология проектирования (проекты)*;
- *игровые технологии в ДОО*;
- *наглядно-информационные, информационно-ознакомительные* (организация дней открытых дверей, открытых просмотров занятий),
- *досуговые* (совместные досуги, праздники, спартакиады, дни здоровья).
- *открытые физкультурные занятия*;
- *физкультурные праздники* – способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу, взаимовыручку. А также совместная двигательная деятельность способствует созданию положительных эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха.

- *день открытых дверей в спортивном зале* - помогают детям совместно с родителями удовлетворить потребность в двигательной активности по своему выбору, отдавая предпочтения своим любимым упражнениям, а родителям узнать предпочтения своего ребёнка в выборе вида движения и уровне его освоения, а так же получить заряд

положительных эмоций при совместной двигательной активности.

В работе активно использую мультимедийное сопровождение воспитательно-образовательного процесса. Оно способствует лучшему восприятию материала и помогает сделать его более наглядным, доступным и понятным. Необходимый инвентарь и техническое оборудование для этого в ДОО имеется.

Результативность опыта

Таким образом, в результате систематического использования современных форм, методов, технологий работы в дошкольной образовательной организации к взаимодействию с воспитанниками и родителями по привлечению к здоровому образу жизни, способствовала положительной тенденции развития интереса к спорту и ЗОЖ.

Результатом целенаправленной работы по формированию физических качеств является уровень физической подготовленности моих воспитанников:

- ежегодно принимают участие во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО) I ступень» среди детей дошкольных образовательных организаций «К стартам готов!»:

Кулаев Денис Александрович – награждён серебряным знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Паничкина Марьяна Евгеньевна – награждена бронзовым знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Абушаева Арина Ильдаровна – награждена серебряным знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Ганина Валерия Павловна - награждена серебряным знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Давыдова Ирина Алексеевна - награждена бронзовым знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Карабанова Мадина Руслановна - награждена бронзовым знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Мензуллова Валерия Руслановна - награждена бронзовым знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Сунгаева Алиса Вячеславовна - награждена бронзовым знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Кавторина Мария Павловна - награждена бронзовым знаком отличия ВФСК ГТО I ступени,

Лилова Елизавета Романовна - награждена бронзовым знаком отличия ВФСК ГТО I ступени.

- принимают участие в различных Всероссийских и Международных конкурсах и являются победителями конкурсов:

Романов Андрей Победитель (3 место) Международного конкурса для детей и молодежи «Творчество и интеллект» Конкурсная работа: «Физкультура и Я - лучшие друзья» (2020 г.);

Мусаева Алина Победитель (3 место) Международного конкурса для детей и молодежи «Талантливое поколение» Конкурсная работа: «Физическое развитие дошкольников посредством музыкально-ритмических движений» Евразийский институт образования Януша Корчака (2021 г.);

Молоткова Виктория Победитель (2 место) Международного конкурса для детей и молодежи «Творчество и интеллект» Конкурсная работа: «Мой лучший друг - спортивная площадка» Ассоциация педагогов России «Апрель» (2021 г).

Использую в своей работе метод проектной деятельности. Мною разработаны, реализованы и успешно внедрены инновационные проекты «Духовно-нравственное развитие и воспитание детей дошкольного возраста посредством игры», «Духовно – нравственное воспитание дошкольников средствами физической культуры», «Народная подвижная игра как средство физического развития дошкольников».

Ежегодно семьи воспитанников принимают участие в спортивно-массовых мероприятиях «День Здоровья», «Всей семьёй – к здоровью, Онлайн-акция «Семья - это здорово!», Всемирный день здоровья «Мы за здоровый образ жизни» и др.

С воспитанниками провела тематические занятия «День здоровья», «Секреты здорового питания», спортивные развлечения «Веселые мячи», «Мы – спортивные ребята!», «Мы любим спорт». Ежегодный спортивный праздник «Малые зимние Олимпийские игры».

С детьми проведены тематические беседы «Мы за здоровый образ жизни», «Чем полезен спорт», «Спортсмены Мордовии», «Я будущий чемпион», «Мой любимый вид спорта», «Режим дня дошкольника».

С целью более осознанного понимания необходимости соблюдения здорового образа жизни проводились разнообразные дидактические игры: «Собери пазлы о спорте», «Спортивное домино», «Что вредно, а что полезно», «Собери спортсмена», «Полезная еда», «Угадай вид спорта».

После просмотра тематических презентаций дети составляли рассказы на тему «О правильном питании», «О любимом виде спорта», «О здоровом образе жизни». На физкультурном занятии ребята с помощью физических упражнений укрепляли мышцы спины, для красивой и правильной осанки, для профилактики плоскостопия выполнили упражнение «Перенеси

палочку», «Пропрыгай на одной ноге», «Походкой медведя» и др.

После сна дети выполняли закаливающие мероприятия, делали дыхательную гимнастику, закаливающие процедуры.

Ежедневная оздоровительная работа с детьми была переоплощена в общий спортивный праздник, где каждый ребенок почувствовал себя спортсменом и погрузился в волшебный мир ЗОЖ.

Работа в данном направлении проводилась в тесном контакте с родителями воспитанников. Мною было проведено анкетирование среди родителей. В своей работе с родителями определила наиболее приемлемые формы взаимодействия. Старалась не ограничиваться только традиционными формами работы. Родители участвовали в подготовке зимней площадки для игр и зимних забав. Организовывала и проводила физкультурно-оздоровительные мероприятия совместно с родителями на свежем воздухе.

Как правило, разные формы работы с семьями воспитанников позволяют взаимодействовать с большим количеством родителей. Каждая семья наиболее удобным для себя способом может получать информацию в двухстороннем направлении. Взаимодействовать со специалистами родители начинают с индивидуальных бесед, посещения родительских собраний, получают информацию со стендов. И постепенно, родители становятся более компетентны в вопросах оздоровления и физического развития ребёнка, что побуждает их принимать участия в наиболее открытых мероприятиях, таких как праздники, мастер – классы.

Мой опыт показывает, что родители, которые преодолели стеснение во время открытых мероприятий в ДОО, становятся более активными участниками жизни ребёнка (с охотой вступают в родительский комитет, участвуют в различных проектах и т.п.).

Таким образом, можно говорить о том, что благодаря взаимодействию с ДОО, большинство родителей со временем понимают, что их привлечение в общественную работу детского сада, активное участие в воспитательно – образовательном процессе важно не для педагога, а для развития их собственного ребёнка.

Многочисленны преимущества взаимодействия ДОО с семьей:

- эмоциональной настрой педагогов и родителей на совместную работу по воспитанию детей должен быть положительный. Родители знают то, что детский сад всегда поможет им в решении педагогических проблем и в то же время никак не повредит, так как будут учитываться мнения семьи и предложения по взаимодействию с ребенком. Педагоги в свою очередь, заручаются пониманием со стороны родителей в решении педагогических проблем. Ради детей и осуществляется это взаимодействие с родителями по

привлечению к здоровому образу жизни.

- педагог учитывает индивидуальности ребенка, постоянно поддерживая контакт с семьей, знает привычки своего воспитанника и учитывает их при работе, что, в свою очередь, ведет к повышению эффективности педагогического процесса.

- в дошкольном возрасте родители самостоятельно могут выбирать и формировать то направление в развитии и воспитании своего ребенка, которое они считают нужным. Таким образом, родители берут на себя ответственность за воспитание ребенка.

- укрепление внутрисемейных связей, эмоционального семейного общения, нахождение общих интересов и занятий.

- возможность реализации единой программы воспитания и развития ребенка в ДОО и семье.

- возможность учета типа семьи и стиля семейных отношений, что было нереально при использовании традиционных форм работ с родителями. Педагог, определив тип семьи воспитанника, сможет найти правильный подход для взаимодействия и успешно осуществлять работу с родителями.

Результаты работы показали эффективность использования данной модели в работе с семьями воспитанников в повышении педагогической грамотности родителей в вопросах формирования навыков здорового образа жизни.

Сотрудничество и поддержка семьи в физическом воспитании дошкольников позволило добиться высоких показателей в физической подготовленности, физического развития и здоровья детей.

Обобщение и распространение педагогического опыта на муниципальном, республиканском и всероссийском уровнях:

- выступление во Всероссийской педагогической конференции «Перспективные технологии и методы в практике современного образования» по теме: «Спортивные праздники и развлечения как эффективная форма физкультурно-оздоровительной работы» (2023г.);

- выступление на Межрегиональном научно-практическом семинаре «Актуальные проблемы педагогики и методики дошкольного и начального образования» в рамках Международной научно-практической конференции «58-е Евсевьевские чтения». Тема «Совершенствование двигательных умений детей старшего дошкольного возраста». Организатор - Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е.Евсевьева (2022 г.);

- выступление на семинаре-практикуме для инструкторов по физической культуре «Лучшие практики по организации физкультурно-оздоровительной

работы с детьми дошкольного возраста «Детский сад - территория здоровья». Тема «Терренкур - маршрут бодрости». Организатор - МУ «Информационно-методический центр» (2022г.)

- выступление на дискуссионной площадке «Здоровьесберегающие технологии дошкольного образования: инновационный ракурс». Тема «Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста через организацию дополнительных услуг физкультурно-оздоровительной направленности». Организатор - ГБУ ДПО РМ «ЦНППМ «Педагог 13.ру» (2021г.);

- выступление во Всероссийской педагогической конференции «Перспективные технологии и методы в практике современного образования» по теме: «Полезьа физических упражнений в жизни детей дошкольного возраста» (2020г.).

- публикация в сборнике «Актуальные проблемы совершенствования современного образования» по теме: «Формирование у дошкольников начальных представлений о различных видах спорта» (2021г.).

Опыт работы в современных подходах к взаимодействию с родителями и детьми дошкольного возраста по привлечению к здоровому образу жизни, может быть использован в практической деятельности воспитателей и инструкторов по физической культуре дошкольных образовательных организаций.

Интернет публикации:

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2020/10/22/podvizhnye-igr-s-detmi-v-seme>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2022/12/19/vozdeystvie-podvizhnyh-igr-s-elementami-sporta-na-razvitie>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/scenarii-prazdnikov/2023/10/26/razvlechenie-ko-dnyu-pozhilyh-lyudey-vesyolaya-semeyka>

Список использованной литературы.

1. Пензулаева Л.И. «Настольная книга учителя физической культуры». – М.: Физкультура и спорт, 2010г.
2. Рунова М.А. «Двигательная активность ребёнка в детском саду»: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика – Синтез, 2013г.
3. Фомин Н.А., Фомин В.Е. «Возрастные основы физического воспитания». – М.: Физиология и спорт. 2008г.
4. Фролова В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке». М.: «Просвещение», 2011г.
5. Методические рекомендации к Программе воспитания и обучения в детском саду. Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005г.
6. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». – М.: Мозаика - Синтез, 2005г.
7. Степанов Е.Н., Лузина Л.М. Педагогу о современных подходах и концепциях воспитания. – М.:ТЦ Сфера, 2013.
8. Научно методический журнал «Инструктор по физкультуре», 2010г.
9. Пособие для педагогов ДОУ «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников», Москва 2010.
10. Зверева О. Л. Общение педагога с родителями в ДОУ [Текст] / О. Л. Зверева // Методический аспект. М, 2015.

Сценарий физкультурного праздника «День здоровья»

Цель: пропаганда здорового образа жизни

Задачи:

-приобщать к занятиям физкультурой и спортом;
-развивать морально – волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, умение взаимодействовать друг с другом, оказание взаимопомощи, поддержки в группе в решении основных задач в достижении общей цели;

-воспитание у детей положительных эмоций от мероприятия.

Оборудование: обруч – 4 шт.; мягкие модули – 6 шт., кегли – 8 штук, корзины для мячей – 2 шт.султанчики и флажки - по количеству детей.

Ход мероприятия

Под спортивный марш дети колонной заходят в зал делают круг почета и выстраиваются по группам.

Ведущий: Нынче праздник, важный день,

Встретить нам его не лень.

Здоровья день, день красоты,

Его все любят – я и ты.

И все вокруг твердят всегда: **«Здоровым быть – вот это да!»** (вместе)

- Ребята, а ведь от того, насколько часто вы занимаетесь спортом, зависит, каким будет ваше здоровье. И сегодня мы покажем друг другу, как мы любим спорт и любим им заниматься. Для начала я предлагаю вам поздороваться друг с другом.

Игра «Давайте здороваемся»

Под музыку дети гуляют по залу. Как только музыка заканчивается, дети подходят друг к другу и начинают здороваться: ладошками, коленом, плечом, спиной.

Ведущий: Замечательно! К нам на праздник мы пригласили доктора, который проведет осмотр участников перед соревнованиями. А вот и он. Встречайте его бурными аплодисментами.

Дети садятся. Под музыку в зал заходит доктор.

Доктор: Здравствуйте! Меня зовут Пилюлькин.

Ведущий: Как вы добрались доктор Пилюлькин?

Доктор: Я еле-еле успел к вам на праздник. По полям, по лесам, по лугам я бежал, И два слова только шептал:

«Детский сад, детский сад, детский сад!»

Ведущий: Уважаемый доктор, вы ничуть не опоздали, наш праздник только начинается. Но нам нужна ваша помощь: перед всеми

соревнованиями врач должен осмотреть спортсменов, не больны ли они, могут ли участвовать в соревнованиях.

Доктор: Я с удовольствием осматриваю ваших детей.

Проводит осмотр детей.

Доктор: У вас ангина? Скарлатина? Холерина? Аппендицит? Малярия и бронхит? Какие вы здоровые дети! Очень я довольна осмотром! Можно начинать соревнования! А чтобы вы были такими же здоровыми и крепкими: занимайтесь спортом и принимайте витамины.

Ведущий: Уважаемая Доктор! Не хотите ли остаться с нами и посмотреть, как дети бегают, прыгают, играют, соревнуются между собой.

Доктор: С удовольствием!

Ведущий: Вот и замечательно! Значит можно начинать?

Доктор: Дети, вы делаете по утрам зарядку? (*Ответы детей*). Молодцы! Покажите, пожалуйста!

Ведущий: Чудесная вещь – эта зарядка. Обязательно надо делать по утрам зарядку, чтобы не болеть.

Проводится зарядка.

Ведущий: А теперь мы готовы к соревнованиям.

Эстафеты:

1. «Прыжки из обруча в обруч»

2. «Витаминки»

3. «Попади в цель»

Ведущий: Молодцы, ребята, вы здорово справились с заданиями!

Доктор: Мне вы тоже понравились, а вот в мою игру поиграйте? Называется ДА или НЕТ? Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет?

Игра «Да и нет»

Чтоб с микробами не знаться, Надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать, Надо целый день проспать?

Если хочешь сильным быть, Со спортом надобно дружить?

Хочешь самым крепким стать? Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов – Будешь сильным и красивым?

Каша - вкусная еда. Это нам полезно?

Лук зеленый иногда Нам полезен, дети?

Мухоморный суп всегда... Это нам полезно?

А раз полезная еда - Будем мы здоровы?

4. «Передай мячи»

5. «Дорожка с препятствиями»

Доктор: Ну, что, я вижу, что вы любите физкультуру и спорт. Значит, вы будете здоровы!

