

## **Часть 1. «Разговор о здоровье и правильном питании».**

### **Тема: «Вместе весело гулять».**

**Цель:** дать представление о пользе прогулок и игр на свежем воздухе, видах игр.

#### **Задачи:**

- объяснить необходимость ежедневных прогулок и игр на свежем воздухе;
- ориентироваться в месте выбора для игр;
- познакомить с разными играми, в которые можно играть на улице.

#### **Подготовительная работа:**

**Занятие лучше провести на улице.** Если такой возможности нет, подготовить детей для работы в группах (4-6 групп) и освободит место для подвижных игр. Приготовить мягкие мячи для игр (4-6 штук).

#### **Ход занятия**

##### **I. Организационный момент**

###### **Слайд 1**

##### **II. Актуализация знаний. Постановка проблемы.**

###### **Слайд 2**

- Вы любите играть?
- Где лучше играть в подвижные игры? Почему?

Давайте посмотрим, кто у нас самый ловкий и внимательный.

###### **Слайд 3**

Игра «Не зевай»

##### **Вариант 1. (если занятие проходит в группе)**

Встаньте вокруг своих столов. Перебрасывайте друг другу мяч, называя имя того, кому вы бросаете мяч. Тот, кто не поймал или зазевался, садится. Между самыми ловкими и внимательными ребятами можно провести финальное соревнование.

**Вариант 2.** Если занятие проводится на улице, можно играть целой группой, а те, кто не поймал мяч, садятся в круг.

- В какие игры можно играть на улице? (стр. 26-27)

### **III. Объявление темы.**

#### **Слайд 4**

Прогулки и игры на свежем воздухе очень полезны для здоровья. Они укрепляют наш иммунитет, закаливают нас.

- Но везде ли можно играть на улице?
- Рассмотрите картинки и скажите, правильно ли поступают ребята, играя в этих местах? Почему?

#### **Слайд 5**

- А где можно играть на улице?

#### **Слайд 6**

Один из самых популярных предметов для игр — это мяч. Существует огромное количество спортивных и развивающих игр с мячом.

- Какие спортивные игры знаете вы? Проверка при клике.

#### **Слайд 7**

- Какие мячи используют для спортивных игр? Соедини картинку с мячом. Проверка при клике.

(Если занятие проводится на улице, можно предложить детям картинку и попросить их соединить мячи и названия игр стрелочками)

#### **Слайд 8**

- Назови подвижные игры с мячом.
- В какие игры вы играете вместе с друзьями?

### **IV. Самостоятельная работа в группах**

#### **Слайд 9**

Для игр используют не только мяч, но и много других предметов.

- В каких подвижных играх используются эти предметы?
- Воспитатель читает стихотворение на стр. 28. Кто его написал? О каком предмете для игр идет речь в стихотворении? Запиши автора стихотворения

и название предмета. (А. Барто. Прыгалки), (С. Маршак. Мяч).

### **Слайд 10**

- В какие подвижные игры вы играете зимой?

### **Слайд 11**

Отгадайте кроссворд на стр. 29.

Проверка при клике.

### **Слайд 12**

В старину дети тоже очень любили играть. Все игры проходили во дворе, в поле, на опушке леса.

- А вы знаете эти игры?

#### **«Жмурки»**

Апапас, Апанас

Лови кошек, а не нас!

После этого все игроки разбегаются в разные стороны и начинают «дразнить» водящего, подавая ему разные сигналы о своем местонахождении. Можно звонить в колокольчик или хлопать в ладоши. Во избежание травматизма необходимо обязательно предупреждать водящего о препятствиях или острых углах.

После того, как водящий поймал кого-нибудь, он наощупь пытается определить попавшегося. Если это удастся, пойманный становится водящим. Если нет, то игра продолжается.

#### **«Пятнашки»**

По считалке играющие выбирают водящего - пятнашку. Все дети разбегаются по площадке, а пятнашка их ловит. Тот, кого пятнашка коснётся рукой, становится водящим пятнашкой.

### **Слайд 13**

#### **«Гуси-Лебеди»**

Для игры необходима большая площадка и компания детей от 5-ти человек.

В начале игры мелом или палочкой очерчивается «гусятник» — дом, в котором живут гуси и где их ждет хозяин.

На другой стороне площадки очерчивается «поле» — туда гуси уходят гулять.

Между «гусятником» и «полем» рисуется круг — «логово», там будет жить волк.

Хозяин говорит гусям:

— Гуси, летите в поле, погуляйте, в лапы волку не попадайте.

Ребята бегут, размахивая руками, в «поле».

Далее происходит диалог хозяина и гусей:

— Гуси, гуси!

— Га-га-га!

— Есть хотите?

— Да, да, да!

— Ну летите же домой!

— Серый волк под горой, не пускает нас домой.

— Что он делает?

— Зубы точит, нас съесть хочет.

— Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!

Пойманные гуси из игры выбывают, и игра продолжается. Побеждают те, кто ни разу не попался в лапы волку.

### **«Кошки-мышки»**

### **«Горелки» или «Гори-гори ясно»**

В игре участвует от 11 человек. Важно, чтобы количество играющих было нечетным. Для игры выбирается большая поляна или место во дворе. Выбирается водящий — он будет «гореть».

Все остальные игроки делятся на пары и встают позади «горящего» на расстоянии 3-4 метра от него. Игроки поют:

«Гори-гори ясно,  
Чтобы не погасло.

Глянь на небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!»

Как только они заканчивают петь, последняя пара расцепляет руки, и бежит вдоль колонны, один — слева, другой — справа.

Как только они поравняются с водящим, они кричат ему:

«Раз, два, не воронь, беги, как огонь!»

После этого они бегут дальше, стараясь увернуться от водящего, встать перед ним и снова сцепить руки. Водящий, в свою очередь, старается их осалить или поймать. Если ему удалось осалить одного из игроков, он встает с ним парой впереди колонны, а оставшийся игрок становится «горящим».

Если водящий никого не поймал, он продолжает быть водящим.

## **V. Рефлексия**

- Какие игры вам понравились больше всего?
- Где можно, а где нельзя в них играть?
- Узнайте у своих родителей, в какие игры они любили играть в детстве, подготовьтесь провести эти игры с ребятами.

## **Слайд 14**

Будьте здоровы!