1. Конспект занятий .
2. Проценко Елена Александровна , Лебедева Наталья Вячеславовна.
3. Воспитатели.
4. МБДОУ «Белоснежка» муниципальное образование г.Ноябрьск.

**5.** «В здоровом теле - здоровый дух».

**2.** Тема: **«В здоровом теле - здоровый дух».**

Цели:

* приобщить детей к регулярным занятиям физкультурой;
* развивать творческие способности в придумывании уп­ражнений для утренней зарядки;
* воспитывать дух соревновательности, уважительное отно­шение друг к другу, интерес к устному народному творчеству.

Ход занятия

I. Организационный момент.

Воспитатель. Состязание, ребятки,

Мы начнем сейчас с зарядки! Для чего нужна зарядка? Это вовсе не загадка - Чтобы силу... (развивать) И весь день... (не уставать)\ Если кто-то от зарядки Убегает без оглядки, - Он не станет нипочем Настоящим... (силачом).

П. Синявский

1. й реб. Мы выходим на площадку. Начинается зарядка.
2. й реб. Шаг на месте - два вперед, а потом наоборот.
3. й реб. Зарядка всем полезна,зарядка всем нужна.
4. Й реб. От лени и болезней спасает нас она.

Просыпаюсь утром рано вместе с солнышком румяным.

Заправляю сам кроватку, быстро делаю …(зарядку).

Воспитатель: Ребята, для чего надо делать зарядку? Правильно, что бы быть здоровыми. Об этом говорят из покон веков в народе: «Здоровье не купишь», «Брат любит сестру богатую, а муж жену – здоровую». Как вы понимаете эти пословицы?

И. Эстафета «Веселые спортсмены».

Ребята выполняют следующие упражнения:

* 1. Ходьба по скамейке.
  2. Бросок мяча в баскетбольную корзину.
  3. Поскоки через скакалку.

Воспитатель. Молодцы, ребята. Вы у нас сильные, уме­лые, дружные и смелые. И теперь вы знаете, что зарядку необ­ходимо делать каждый день, чтобы быть здоровыми и сильными.

А теперь давайте проведем веселую зарядку под песню «На за­рядке» (музыка М. Старокадомского, слова А. Кузнецовой).

Солнце встало! Солнце встало!

Просыпайся и вставай!

Сбрось проворно одеяло

И тянись, а не зевай!

* + 1. На площадку по порядку

Становись скорее в ряд!

На зарядку! На зарядку!

Собираем всех ребят!

* + 1. Выше руки, шире плечи!

Раз, два, три. Дыши ровней!

От зарядки станешь крепче,

Станешь крепче и сильней.

Дети во время песни выполняют произвольные движения.

Воспитатель. Молодцы, ребята! А сейчас вспомним и по­вторим еще раз, для чего нужна зарядка. Какие пословицы о значении здоровья для человека вы запомнили