**Конспект НОД по физической культуре для детей 5-6 лет «По радуге здоровья»**

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

-формировать интерес к подвижным играм и занятиям физкультурой и спортом;

-способствовать профилактике плоскостопия;

**Образовательные:**

-упражнять в ходьбе с выполнением заданий, с перестроением в звенья в движении;

-познакомить с игрой малой подвижности «Дождик»;

-закрепить навык выполнения ОРУ с хлопками;

-закрепить знание подвижных игр «Фигуры», «Иммунитет».

**Воспитательные:**

-воспитывать желание приходить на помощь товарищу в игре;

-воспитывать привычки ЗОЖ.

**Развивающие:**

-развивать ловкость, быстроту реакции, внимание, умение действовать по сигналу;

-развивать речь и мышление.

**Оборудование**: флипчарт, музыка спокойная на игру и «Дружба» на уход, карточки «Овощи и фрукты», геометрические фигуры на пол и на показ, парашют

Ход занятия:

Инст-р: Ребята, сегодня на занятии я хочу обсудить с вами очень важную тему. Отгадайте мою загадку

Что дороже всех на свете,

Его ни купишь на планете?

Молоко ты пей коровье,

Укрепляй свое ……(здоровье).

Инст-р: Правильно, ребята! Что такое здоровье? Зачем его укреплять? Вы согласны, что здоровье важнее всех на свете? Почему? Ребята, а у вас есть секреты? Оказывается, у здоровья тоже есть свои секреты! И сейчас мы попробуем их открыть.

*На доске появляется слайд флипчарта. Используется прием «Бездонный сундучок». Дети по одному достают из него карточки, на которых изображены «Секреты здоровья» и наоборот -«Вредные привычки». Обсуждается каждая карточка:* ***полезно ли для здоровья?***

*Содержание картинок:*

*-зарядка;*

*-овощи и фрукты;*

*-игры в компьютер;*

*-прогулки на свежем воздухе;*

*-гигиенические процедуры;*

*-лежание на диване;*

*-подвижные игры.*

**На последней картинке «Подвижные игры» возникает проблема.**

Инстр-р: Почему игры полезны для здоровья? Я знаю случай, когда один мальчик сломал ногу во время игры, какая уж тут польза?

*Дети начинают приводить аргументы в пользу подвижных игр.*

Инстр-р: Ребята, я предлагаю вам проверить, укрепляют игры здоровье или все –таки нет, совершив путешествие по Радуге здоровья. Нас ждут увлекательные игры. А начнем мы его с разминки.

**Упражнения в ходьбе и беге, ОРУ с хлопками**

**Дети подходят к доске.**

Инстр-р: В какие игры мы будем сегодня играть, нам предстоит угадать из ребусов.

**1 ребус «Иммунитет»**

**Вирус, овощи и фрукты, здоровье.**

Инстр-р: В какой игре есть такие ключевые слова? (иммунитет)

**Садимся на стулья**.

Правильно, кто может напомнить мне правила игры? Какое основное правило для все игр? ( не толкаться, не драться и т.д.) Вирусом будет тот, кто первый назовет продукт, полезный для зубов. А иммунитетом- тот, кто покажет, где находятся лопатки

**Игра проводиться 2 раза.**

Инстр-р: Какими нужно быть, чтобы не заразиться? (быстрыми, ловкими и др.)

*Дети переходят к доске.*

Инстр-р: А вот и следующий ребус.

**2 ребус «Геометрические фигуры»**

**Овал, квадрат, ромб.**

**Дети садятся на стулья.**

Инстр-р: Эту игру вы знаете с занятий по математике. Нам нужно выбрать водящего. Как? ( по считалочке) Пока играет музыка, все фигуры плавно танцуют, по окончании музыки вы должны встать на кромку обруча серединой ступни к той фигуре, какую покажет водящий. Будьте внимательны.

*Круг, овал, трапеция, прямоугольник, треугольник (по 2 штуки) - на полу в обручах.*

*Водящий (меняется 3 раза) показывает фигуры. Последним водит Инструктор показывает квадрат. Дети доказывают , почему квадрат можно назвать прямоугольником, а наоборот нельзя.*

Инстр-р: Самыми внимательными и быстрыми были….

*Дети перемещаются к доске.*

**3 ребус «Дождь»**

**Туча, зонт, резиновые сапоги**

**Дети отгадывают ребус и садятся на стулья.**

Инстр-р: Что объединяет эти слова? (они связаны с дождем) Наша новая игра так и называется «Дождь». Послушайте правила. Все ребята берутся за ручки парашюта. Я буду называть различные погодные явления, в это время мы просто будем трясти парашют. Но как только я скажу «Дождь» нужно спрятаться под парашютом и замолчать.

*Проводится игра.*

Инстр-р: Понравилась вам игра? Как она называлась? Наше путешествие подошло к концу. Давайте вспомним, что мы делали в начале занятия? Что потом?

**Вернуться к первому слайду.**

Можно ли сказать, что подвижные игры- это тоже секрет здоровья? Почему? Какие качества мы сегодня тренировали? (быстроту, ловкость, внимательность, укрепили стопы). Ребята, подвижные игры очень полезны для нашего здоровья, если мы соблюдаем правила и меры осторожности. Отметьте сегодня смайликом ваше настроение и физическую форму после занятия.

*Дети берут смайлик на доске и помещают его на радугу.*

Инстр-р: Отправляемся в группу по радуге Здоровья.

Вручение фруктов.