**Конспект физкультурного досуга**

**«В гости к Топтыжке»**

 **(Весёлые старты)**

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни и правильному питанию посредством активизации двигательной деятельности

**Задачи:**

**Воспитательные:**

• создать радостное настроение, воспитывать чувство коллективизма, товарищества, командного духа.

• Воспитывать правильное отношение к здоровому образу жизни.

**Развивающие:**

• Развивать спортивные и двигательные навыки у детей; формировать у воспитанников потребность в двигательной активности, умение соревноваться командами.

• Развивать физические качества: выносливость, быстроту, скорость реакции.

**Образовательные:**

• Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.

**Оборудование:** письмо, разрезные картинки (изображение молочного продукта), 2 обруча, 2 ведра, две тачки с сеном, молочные продукты в тарелочках («Варвара – краса») на подносе, чайные ложки, маркеры, магнитная доска с ватманом (нарисованная корова, без хвоста), платки, поднос с стаканчиками (с молоком «Варвара – краса»), трубочки, музыкальный центр.

**Действующие лица:** ведущий, Топтыжка, жюри.

**Ведущая:** Здравствуйте ребята. Очень рада всех вас видеть. Ребята сегодня утром почтальон принес письмо, давайте посмотрим от кого оно и что там написано. Ведущий читает письмо.

**« Дорогие ребята, вам пишет Топтыжка, который живет в стране Здоровья. В нашей стране все жители здоровы и сильны, у нас нет никаких болезней, потому что у нас всегда хорошее настроение, мы занимаемся спортом, следим за чистотой, правильно питаемся и много гуляем и никого не обижаем. Если вы хотите быть такими же здоровыми и бодрыми, тогда я жду вас в гости».**

**Ведущая: -** Вы готовы отправиться в гости к Топтыжке? А отправимся мы туда на паровозике (звучит песня «Паровозик чух– чух, он бежит, качается, охает, старается». Дети, совершают движения согласно тексту.

**Ведущая:** Вот мы и добрались в страну Здоровья. А кто же нас встречает? Вы узнали?

**Ответ детей**: - Да! Топтыжка!

 **Топтыжка:**- Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Мне очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашей стране Здоровья!

Кто из вас самый ловкий, быстрый да умелый?

**Дети**: Мы!

**Топтыжка:** Это я сейчас проверю.Чтобы доказать, что вы самые ловкие и быстрые, вам необходимо пройти небольшие испытания. Но делать это надо в команде.В команде вы сильны и непобедимы!

**Ведущая:** Дорогой Топтыжка, у нас есть уже две команды, и я предлагаю им представиться.

1. Команда **«Растишка»**

Наш девиз:

Будем спорт всегда любить,

чтоб здоровье сохранить!»

2. Команда **«Крепыши»**

Наш девиз:

Здоровье - это круто!

Здоровье – это драйв!

Здоровый образ жизни

Скорее выбирай!

**Топтыжка:** - Давайте поддержим и поприветствуем наших участников(хлопают). Команд прошу выстроиться (команды выстраиваются).

**Ведущая: -** Перед вами лучшие спортсмены из групп. Какая из команд окажется самой быстрой и самой ловкой. Самой находчивой и, конечно, самой дружной? Это мы скоро увидим. Итак, будьте внимательны.

**Ведущая: -** Мне нужны помощники – жюри, которые будут наблюдать за правильным выполнением всех заданий. А также они будут считать заработанные баллы. Жюри мы выберем из наших гостей.

**Топтыжка:** Ну, что, команды готовы!

**Дети**: Да, готовы.

**1 задание: «Разрезные картинки».**

Каждой команде дается две разрезных картинок с изображением какого-либо молочного продукта. Получает балл та команда, которая быстрее соберет две картинки.

**2 задание: «Покорми корову».**

Каждой команде дается тачка с сеном (травой). Первому участнику необходимо добежать до обруча, вывалить сено (траву) и вернуться обратно, передав тачку следующему участнику. Второй участник добегает до обруча, собирает обратно сено (траву) и везет обратно и т.д.

**3 задание: «Донеси молоко на молокозавод».**

Первый участник из тазика наполняет два ведра молоком (водой) и несет до ориентира. Выливает молоко (воду) в ведро и возвращается к команде. Следующие участники команд выполняют то же самое, пока таз не опустеет.

**4 задание: «Угадай на вкус» (**конкурс для капитанов**)**

Детям - предлагается угадать на вкус (глаза закрыты) молочные продукты. Жидкие продукты ребенок пробует через трубочку, а твердые воспитатель на ложечке помещает в рот ребенка.

**5 задание: «Загадки» (**загадывает Топтыжка**).** За каждую отгаданную загадку – 1 балл.

|  |  |
| --- | --- |
| Белое, да не снег, Вкусное, да не мед.От рогатого берутИ ребятам дают. (Ответ: *молоко*) | Очень любят дети Холодок в пакете.Холодок, холодок,Дай лизнуть тебя разок!(Ответ: м*ороженое*) |
| От него — здоровье, сила И румянец щёк всегда. Белое, а не белила, Жидкое, а не вода. (Ответ: *молоко*) | Жидко, а не вода, Бело, а не снег. Начинается на «К», — Пьем продукт из молока. (Ответ: *кефир*) |

|  |  |
| --- | --- |
| И Оля и Наташа Его положат в кашу. А мы им хлеб намажем И девочкам покажем. (Ответ: *масло*) | Фруктовый он и сливочный, На свете всех вкусней! Он в пластиковых баночках Для взрослых и детей. (Ответ: *йогурт*) |
| Догадайтесь, кто такая? Белоснежная, густая. Сливки взбили утром рано, Чтоб была у нас … (Ответ: *сметана*) | Сделан он из молока, Но тверды его бока. В нем так много разных дыр. Догадались? Это … (Ответ: *сыр*) |
| Что за белые крупинки? Не зерно и не снежинки. Скисло молоко - и в срок Получили мы … (Ответ: *творог*)  | По утрам его съедаю. Вкус фруктовый обожаю. Они разные бывают: С вишней и с клубникой, С персиком, черникой… Если ты их знаешь — Загадку отгадаешь. (Ответ: *йогурт*) |

**6 задание: «Прикрепи корове хвост».**

Большой плакат с изображением коровы (без хвоста) вешаем на магнитную доску. Ребенку даем в руки хвост, завязываем глаза, раскручиваем. Ребенку необходимо прикрепить корове хвост. Игра проходит под веселый смех детей и музыкальное сопровождение — песня «Кто пасется на лугу?» ( дети подсказывают – вправо и влево, вверх или вниз).

**7 задание: «Кто быстрее выпьет стакан молока»**

Дети по команде, по одному, бегут к подносу с молоком. Через трубочку выпивают молоко и дальше передают эстафету. Выигрывает та команда, которая быстрее выпьет все стаканчики с молоком.

**Ведущий.**  Здорово! Молодцы ребята! А пока жюри подсчитывает баллы, какая же команда победила, мы с вами выполним небольшую разминку

Все собрались? Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись,

Не зевай и не ленись,

На разминку становись!

(*Дети встают в круг и выполняют следующие  движения)*

Мы сейчас пойдем направо

Дружно – раз, два, три!

А потом пойдем налево

Дружно – раз, два, три!

В центре круга соберемся

Дружно – раз, два, три!

И на место все вернемся

Дружно – раз, два, три!

Мы тихонечко присядем,

Дружно – раз, два, три!

И немножечко приляжем

Дружно – раз, два, три!

Мы поднимемся тихонько

Дружно – раз, два, три!

И попрыгаем легонько

Дружно – раз, два, три!

Пусть попляшут наши ножки

Дружно – раз, два, три!

И похлопают ладошки

Дружно – раз, два, три!

Повернемся мы направо

Дружно – раз, два, три

Не начать ли все сначала

Дружно – раз, два, три!

**Жюри:** Дорогие ребята! Сегодня быстрее, сильнее, удачливее оказалась обе команды. Победила дружба!

Мы поздравляем наших ребят! (всем участникам команд «Растишки» и «Крепыши» вручаются памятные медали с эмблемами и сладкий приз: коктейль «Топтыжка»). Молодцы!

 **Топтыжка!** Я очень рад ребята, что вы побывали у меня в гостях. Вы доказали, что вы самые ловкие, быстрые и умелые. Я желаю вам, дорогие дети быть здоровыми и счастливыми! Дружите со спортом, пейте побольше молока - и вы будете здоровы! До свидания!

**Дети:** До свидания!

**Ведущий:** А теперь мы с вами снова сядем на паровозик и под веселую песню про здоровье отправимся обратно в детский сад (звучит песня про здоровье). Вместе дружно подпеваем.

**Ведущий:** Вот и приехали мы с вами обратно в детский сад. Вам понравилось наше путешествие. Оно было очень веселым и вкусным? **Дети:** Да!

**Ведущий:** Быть здоровым – это модно!

Здоровье с нами навсегда!

Долой все вредные привычки!

Наш выбор - спорт и красота!

**Ведущий:** Ребята, будете здоровы?

**Дети:** Да!