

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
д/с №7 «Сказка» городского округа город Мантурово
Костромской области

Физкультурный досуг
для детей средней и старшей групп
«Овощи и фрукты — наши витамины»

Воспитатель по физкультуре:

И.А.Завьялова

Форма проведения: **Сюжетная**
Место проведения: **Спортивный зал**

Задачи

- 1.Закрепить знания о пользе овощей и фруктов
- 2.Развивать произвольное внимание, двигательную активность.
- 3.Воспитывать взаимопомощь, чувство товарищества.

Оборудование :муляжи фруктов и овощей ; подносы; мячи разных размеров; мешки; корзинки, обручи.

Физкультурный досуг для детей средней и старшей групп «Овощи и фрукты — наши витамины»

Воспитатель по физкультуре:

Ребята, сегодняшнее развлечение будет посвящено фруктам и овощам. Назовите, какие фрукты, и овощи вы знаете? Ответы детей.

Рассматривание картинок овощей и фруктов.

Вспомните, где растут фрукты, а где овощи? Верно, фрукты растут в саду на деревьях, а овощи на грядке. Поэтому предлагаю поиграть в игру

«Дерево или грядка»

Дети свободно разбегаются по всему залу, у водящего в руках изображения овощей и фруктов, по свистку, дети останавливаются, водящий показывает картинку если на картинке изображен фрукт, дети встают на носки руки вверх, если овощ то приседают, обхватывая руками колени. Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель по физкультуре: Молодцы, не запутались, а теперь мы поделимся на 2 команды и будем садить картошку.

Эстафеты

1. «Посади и убери картофель»

2. «Собери фрукты на поднос». На другой стороне площадки расположен поднос с фруктами и овощами, на пути к ним расположены препятствия. Детям необходимо добежать до подноса, взять один фрукт и перенести его в свой поднос. В конце эстафеты выигрывает команда, которая первой справилась с заданием.

Воспитатель по физкультуре:

Сейчас я вам загадаю загадки, а вы попробуйте отгадать о каком фрукте или овоще идет речь.

1. Само с кулачек,

Круглый бочек.

Тронешь пальцем гладко,

А откусишь - сладко, (*яблоко*)

2. Яркий, сладкий, налитой.

Весь в обложке золотой.

Ни с конфетной фабрики,

А из далекой Африки, (*апельсин*)

3. В огороде вырастаю, А когда я созреваю,

Варят из меня томат, В щи кладут и так едят, (*помидор*)

4. Зеленые поросятки выросли на нашей грядке,

К солнцу — бочком, хвостики у них — крючком.

Наши поросятки с нами играют в прятки. (*Огурец*)

3. Эстафета «Сорви яблочко». На противоположной стороне площадки стоит дерево (Вместо дерева можно использовать гимнастическую стенку, к нему прикреплены яблоки на веревочке, участникам необходимо добежать до дерева, сорвать одно яблоко и вернуться к своей команде.

4. Эстафета «Мешок с капустой» - мешки наполнить большими мячами и крепко завязать, обежать ориентир и передать мешок следующему игроку.

Малоподвижная игра «Овощ или фрукт»

Дети стоят по кругу не держась за руки. У нескольких детей в руках муляжи фруктов и овощей, под музыку дети быстро передают их по кругу друг другу. Когда музыка останавливается, дети, у которых в руках оказался муляж, поднимают его вверх и называют фрукт это или овощ. Отмечаются дети, которые не допустили ошибок в ответе.

Воспитатель по физкультуре:

Поиграем с вами в игру «*Да или нет*»

Фрукты и овощи нам полезны? да

Мы будем от них здоровые всегда? да

Их мыть не нужно нам совсем? нет

С кожуркой будем есть их всех? Нет

Мы приготовим с них омлет? Нет

А может сварим с них компот? да

Фрукты и овощи кушай всегда, будешь сильным и смелым и не страшна беда.