

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида № 31»  
(МБДОУ «Детский сад № 31»)**

*В связи со сложившейся в 2020 году эпидемиологической обстановкой летняя оздоровительная работа с детьми проводилась в дистанционном режиме. Наши педагоги проводили цикл онлайн-занятий по реализации плана летне-оздоровительной работы. Одним из них является онлайн-занятие инструктора по физической культуре «Сказка «Зарядка и Простуда».*

**Методическая разработка**

**«Онлайн-занятие в ДОУ «Зарядка и Простуда»**

**Цель:** приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни через привлечение их к совместному ежедневному выполнению утренней гимнастики.

**Задачи:**

- формировать у детей начальные представления о пользе утренней гимнастики в жизни человека;
- развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки и детей и их родителей;
- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью.

**Ход занятия:**

**1. Организационный этап.**

- Здравствуйте, дорогие ребята! Здравствуйте, уважаемые взрослые! Сегодня встречаюсь с вами я, инструктор по физической культуре детского сада № 31 г. Курска, Рекунова Галина Серафимовна.

Ребята, приходя в детский сад, мы с вами всегда начинаем наш день с утренней зарядки. А когда вы не приходите в детский сад, то зарядку делаете утром с родителями. Мы всегда говорим, что зарядка придает заряд бодрости и хорошего настроения. А ещё зарядка – залог здоровья. Тот, кто регулярно занимается, тот меньше болеет. И вот сегодня я хочу рассказать вам сказку, которая так и называется «Зарядка и Простуда».

## 2. Содержательный этап.

*(рассказывая сказку, педагог обыгрывает действия сюжета с помощью дидактических пособий – кукол «Зарядки» и «Простуды»).*

- В одном небольшом городке жила – была веселая, озорная Зарядка. Ранним утром она спешила к ребятам в детский сад. В руках у Зарядки – то яркий мяч, то спортивный обруч, то теннисные ракетки. Ребятишки с нетерпением ждали Зарядку, хорошенько проветривали комнату, включали бодрую веселую музыку.

Каждое утро Зарядка занималась с малышами спортивными упражнениями, ходьбой, бегом, прыжками, игрой в мяч. В этом же городке жила была вредная востроносая старушонка. Она вечно хлюпала покрасневшим носом, чихала и кашляла – норовила всех заразить. Звали эту старуху Простудой.

Однажды Простуда прочитала объявление в газете, что детскому саду требуется уборщица. Ох, как обрадовалась Простуда. Она решила воплотить все свои коварные замыслы. Надела ярко желтый платок, чистый халат и пошла устраиваться на работу. Заведующий, ничего не подозревая, конечно предложила работу уборщицы и дворника по совместительству. Простуда конечно согласилась.

На следующее утро она пришла в детский сад, взяла ведро, тряпку, швабру и сделала вид, что берётся за работу. А сама принялась чихать, кашлять, громко сморкаться. Вот так она чихала день, два, три и не могла понять – почему же не заражаются дети? А ведь ребятишки были закалёнными, спортивными. Ох, как разозлилась Простуда. Думала она, думала и поняла, что всё дело в Зарядке. И решила она, ребята, Зарядку обхитрить. С утра пораньше вышла Простуда к воротам детского сада и давай пыль метлой поднимать. Зарядка в это время как раз к детям спешила. Только она хотела войти в ворота, как коварная Простуда ей путь преградила.

- Пустите, бабушка я к ребятам спешу.

- И, милая, а детей-то нету. Сад на ремонт закрылся, а дети по другому адресу переехали. Огорчилась Зарядка, да делать нечего – так и ушла.

Напрасно ребята ждали Зарядку. Она к ним больше не приходила.

Ой, дети, пуще прежнего Простуда чихала и кашляла. И случилась беда, ребята. Стали болеть те дети, кто перестал делать утреннюю зарядку, выполнять закаливающие процедуры. Но большинство детей зарядку выполняли дома со взрослыми и их коварный замысел Простуды обошёл стороной.

А что же было дальше, спросите вы? Как во всех сказках добро побеждает зло, так и в нашей сказке.

Как- то раз, солнечным днём встречает Зарядка девочку Таню. Она была спортивной и продолжала ходить в детский сад. Девочка поздоровалась с Зарядкой и спросила, почему она не приходит к детям. Зарядка очень удивилась и поняла, что её обманули.

Недолго пришлось коварной, зловредной старушонке всех обманывать. Заведующий и воспитатели стали замечать хитрости старухи. И ей нечего не оставалось, как покинуть детский сад.

А Зарядка, ребята, снова бодро и радостно стала приходиться к детям по утрам, и дети совсем перестали болеть.

*Беседа по содержанию сказки:*

- Ребята, а вы запомнили, кто приходил к детям каждое утро?

(Молодцы, конечно Зарядка).

- Зачем Простуда пришла работать в детский сад? (Верно, чтобы заразить детей).

- А как вы думаете, почему большинство ребят не смогла заразить Простуда? (Правильно, потому что дома они вместе с родителями выполняли закаливающие процедуры, утреннюю гимнастику, занимались спортом).

- А сейчас, ребята, чтобы оставаться бодрыми и спортивными, я вам предлагаю вместе со мной и своими родителями сделать оздоровительную гимнастику под задорную, весёлую музыку.

*Дети с родителями перед экраном монитора выполняют гимнастику по показу педагога).*

3. Рефлексивный этап.

- Очень хорошо у нас с вами, ребята, получилось. Я надеюсь, что вы получили заряд бодрости и хорошего настроения. Я желаю вам здоровья, и помните, что утренняя зарядка – залог здоровья!!!

До новых встреч!

**Подготовила и провела:**  
инструктор по физической культуре  
МБДОУ «Детский сад № 31»  
Рекунова Г.С.