Спортивное развлечение во второй младшей группе «Мы растем здоровыми!»

Цель: развивать двигательную активность детей младшего дошкольного возраста через реализацию образовательных областей безопасность, социализация.

Задачи:

1. Формировать интерес к здоровому образу жизни;

2. Закреплять умение преодолевать препятствия разного характера.

3. Развивать физические качества: ловкость, быстроту;

4. Развивать чувство товарищества в совместной игровой деятельности со сверстниками;

5. Создать хорошее настроение у детей, доставить им удовольствие.

Место проведения: Территория детского сада.

Ход:

**Воспитатель:**Все привыкли мы к порядку

Утром делаем зарядку,

Чтобы сильными расти,

Если нужно – вас спасти.

**Воспитатель:**- Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье.

- Кто хочет из вас быть здоровым?

Но для того, чтобы быть здоровым необходимо каждый день укреплять свое здоровье. Я вам предлагаю отправиться в путешествие на поезде, чтобы узнать, что нужно делать, чтобы быть здоровыми.

**Воспитатель:**Вставайте друг за другом. Поедем на поезде с песенкой «Чух, чух, паровозик!» (фонограмма).

Дети: Встают друг за другом и «едут на спортивную площадку».

**Воспитатель:**Внимание, внимание, наш поезд прибывает на первую станцию «Зарядкино».

Проводится знакомая зарядка под музыку.

(Дети продолжают путь к следующей станции – «едут» по кругу).

**Воспитатель:**Встаем друг за другом и едем на другую станцию.

**Воспитатель:** Ребята, вот мы и приехали на вторую остановку «Загадкино». Здесь мы с вами будем отгадывать загадки про полезные продукты питания.

1. Круглый, красный, кисло-сладкий,

Можно съесть его нам с грядки,

Если же сорвать зелёным,

Будет он к зиме солёным.

Знают люди с давних пор,

Как прекрасен (помидор).

2. С виду он как рыжий мяч,

Только вот не мчится вскачь.

В нём полезный витамин —

Это спелый. (Апельсин)

3. Вот такой он очень жёлтый

В Африке растёт всегда,

Обезьянкина еда. (Банан)

4. Я – и свежий, и соленый.

Весь пупырчатый, зеленый.

Не забудь меня, дружок,

Запасай здоровье впрок. (Огурец)

**Воспитатель:**- Какие вы молодцы. А вы знаете, для того чтобы быть здоровым нужно кушать витамины, а они живут в овощах и фруктах. У меня с собой целая корзина фруктов и овощей, но я так торопилась, что перемешала все фрукты и овощи. Ребята! Помогите их разобрать.

*Игра «Разбери фрукты и овощи».*

**Воспитатель:**Молодцы! Мы справились с вами с заданием и можем ехать дальше! Ребята опять строятся паровозиком под музыку.

**Воспитатель:**Наша третья станция называется «Сильные и ловкие».

**Воспитатель:**- Ребята, а как вы думаете гулять по лесу полезно? Конечно, полезно! А расскажите мне, можно ли шлепать по лужам? Конечно же нельзя! А то промочите ноги и будете чихать. Как вы будете чихать? (Дети вместе с ведущим чихают).

**Воспитатель:**- Нет, мне это не нравится! Хватит болеть! Я вас сейчас научу правильно перешагивать лужи и приглашаю вас на прогулку в лес! (По кругу раскладываются маленькие обручи, имитирующие лужи, и между ними ставятся кегли – деревья). Смотрите внимательно и делайте так же как я! Лужи мы перешагиваем, а деревья обходим!

*Упражнение «Прогулка в лес».*

Продолжаем  наше путешествие дальше.

**Воспитатель:** Какие вы ловкие, быстрые! Ну что поехали дальше?

Ребята опять строятся паровозиком под музыку, отправляются к следующей станции.

А вот и следующая станция *«Поймай микроба».*

Задача ребят: выбрать ребенка (витамин, которые будут ловить детей «микробов». Задача «витамина» поймать всех «микробов».

**Воспитатель:**-

От простой воды и мыла

У микробов тают силы,

Чтоб микробам жизнь не дать,

Руки в рот не надо брать.

**Воспитатель:**: Молодцы!

- Ребята, в ваших силах не только сохранить свое здоровье, но и укрепить его. Нужно соблюдать режим дня, заниматься спортом, соблюдать правила личной гигиены, правильно питаться, употреблять в пищу витамины и не менее важным, быть всегда в хорошем настроении

Воспитатель: А сейчас отправляемся в детский сад.