

Муниципальное автономное дошкольное учреждение
детский сад № 51 г. Улан-Удэ комбинированного вида

Спортивное развлечение
«День здоровья»
во 2-й младшей группе

Инструктор по ФИЗО:
Ахмадулина Т.В.

г. Улан-Удэ, 2018 г

Цель:

Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни и рациональном питании;

Создать возможность стать эмоционально заинтересованным участником развлечения, получить удовольствие от праздника.

Задачи:

Образовательные:

- расширить кругозор в представлении о культурно – гигиенических навыках;
- рассказать о значении витаминов для организма;
- формировать коммуникативные навыки, умение отвечать на вопросы.
- формировать у детей интерес к здоровому образу жизни;

Развивающие:

- развивать зрительное и слуховое внимание, память, логическое мышление, речь, уверенность в себе

Воспитательные:

- способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы и сопереживания

Материалы и оборудование: Муляж моркови, прищепки, платочки, доска, бревно, обручи, деревья, тоннель, цветы, музыкальное сопровождение конкурсов и подвижной игры.

Воспитатель: Сегодня у нас в детском саду **День здоровья. Здоровье – это дар**, который мы с вами должны беречь, чтобы всегда быть веселыми, сильными и красивыми.

В группу вбегает Витаминка, знакомится с ребятами, которые сидят на стульчиках.

Витаминка: Здравствуйте, малыши, меня зовут Витаминка! Какие вы все красивые, румяные и веселые! А что вы делаете, чтобы быть здоровыми и весёлыми?

Дети дают свои ответы (Кушать фрукты и овощи, заниматься спортом, мыть руки, ходить к врачу)

Витаминка: Какие вы молодцы, всё знаете. Ой, ребята, смотрите, к нам на воздушном шарике прилетело письмо. От кого же оно?

«Здравствуйте, ребята! Пишет вам зайчик Вася. Я уже давно собираюсь прийти к вам в гости, но никак не получается. То насморк одолеет, то ангина, а мне бы так хотелось с вами поиграть»

Ребята, зайчик Вася заболел. А давайте мы отправимся к нему в гости и расскажем, что нужно делать, чтобы быть **здоровыми**. Вы готовы? Тогда в путь!

Музыкально-игровая гимнастика.

Шли по узенькой дорожке наши маленькие ножки,

Руки тоже помогали, все махали да махали.

Остановка. Сели. Встали. Снова дружно зашагали.

Хлынул ливень, грянул гром. Мы на цыпочках идем.

Отряхнули руки, ноги, не устали мы с дороги.

Превратились дети в мишек,

Прогуляться мишки вышли,

Бурые, мохнатые, мишки косолапые.

Превратились в петушков,

Ножки поднимаем

«Ку-ка-ре-ку, ку-ка-ре-ку», -

песню распеваем

Превратились все в лошадок,

И теперь спешим, спешим,

На лошадаках, на лошадаках,

Резво скачут малыши.

Побежали наши ножки,

Побежали по дорожке,

И пока мы не устанем,

Мы бежать не перестанем

Витаминка: Прибежали на полянку, остановились, а на полянке столько цветов расцвело. Давайте немножко отдохнем и понюхаем цветочки.

Дыхательное упражнение «*Вокруг цветочки*»

Витаминка: Но пора отправляться в путь, ведь нас ждет зайчик. Но дорога предстоит нелегкая. Нам нужно пройти по мостику через речку, проползти по бревнышку над ямкой, перепрыгнуть из одной ямки в другую, пролезть под деревьями.

Дети друг за другом преодолевают полосу препятствий, выстраиваются в шеренгу.

Витаминка: Вот мы и пришли к зайчику.

Стучит в домик.

Зайчик (*чихает и кашляет*): Здравствуйте, ребята! А я все болею да болею. Спасибо, хоть вы меня навестили. А у вас сегодня праздник?

Витаминка: Мы отмечаем **день здоровья** в нашем детском саду.

Зайчик: У вас, наверное, очень интересно. А вы тоже часто болеете?

Витаминка: Мы заботимся о своем **здоровье**, и чтобы не болеть - каждое утро делаем зарядку.

Зайчик: А меня научите?

Витаминка: Конечно, смотри и **повторяй**.

Общеразвивающие упражнения «Зайчики».

Гляньте, детки, на лужок,

Встали зайчики в кружок.

Не хотят болеть зайчишки –
Делают зарядку.

Повторяют ребятишки

С ними по порядку.

1. Зайки сели на качели,
покачаться захотели.

Вверх и вниз, вверх и вниз –

Прямо в небо понеслись. (*качают руками вперед, назад*)

2. Посмотрите, как же ловко
Зайцы спрятали морковку.

Показали и опять – той морковки не видать (*прячут руки за спину и вытягивают вперед*)

3. Наклоняемся вперед – каждый пусть морковь сорвет
хлоп – раз, еще раз,
урожай большой у нас. (*наклоняются и хлопают внизу*)

4. На спине лежат зайчишки,
все зайчишки-шалунишки,
Ножки дружно все сгибают

По коленкам ударяют. (*лежа на спине – сгибают ноги в коленях и ударяют по коленям кулачками*)

5. Раз, два, три, четыре, пять, зайки начали скакать
зайки начали скакать – как бы зайкам не устать.

Одуванчики летят, нос щекочут у зайчат.

Дуйте-ка на них, ребята,

Отдохнут пускай зайчата. (*дуют на «одуванчики»*)

Зайчик: Как **здорово!** Теперь я каждое утро буду делать зарядку!

Витаминка: А еще, чтобы не болеть надо кушать овощи и фрукты – в них содержится много полезных для **здоровья веществ – витаминов.**

Зайчик: А я так и делаю! Хотите, и вас угощу?

Дает ведущему грязную морковку.

Витаминка: Ребята, смотрите какая грязная морковка!

Зайчик: Вы ешьте, и не обращайтесь внимания – в желудке помоемся!

Витаминка: Чтобы от микробов защититься водой и мылом нужно мыться,

А перед едой мыть фрукты, овощи водой. Эти простые правила помогут тебе не болеть. Вот посмотри, как умываются наши ребята и **повторяй за нами.**

Пальчиковые игры «Надо, надо нам помыться»

Надо, надо нам помыться.

Где тут чистая водица?

Кран откроем ш – ш – ш,

Руки моем ш – ш – ш,

Руки, шею мы помоем и водицей обольем.

Буль- буль- буль журчит водица,

Все ребята любят мыться.

Нос и щеки не забыли,

Не ленитесь вымыть руки

И вытереть все посуше.

Витаминка: Ну, и, конечно, чтобы не болеть, нужно обязательно заниматься физкультурой. Правда, ребята?

Зайчик: Я чувствую, что уже **здоров**

И мне не нужно докторов!

Со спортом буду я дружить

И здоровьем дорожить!

А сейчас всех вас я зову в веселый пляс.

Танец «У меня, у тебя»

Витаминка: Мы так весело занимались, но наши ножки устали. Давайте сядем на коврик, погладим ножки, пусть они немного отдохнут.

А теперь нам пора возвращаться в **группу**.

Зайчик: Спасибо вам, ребята! Будьте всегда **здоровыми и веселыми!**

Витаминка: Наш праздник подошел к концу. До свидания, ребята!