

Конспект спортивного развлечения:

«Здоровье, бодрость и радость детей!»

в младшей группе.

Цель:

1. Формировать интерес к самостоятельным действиям здорового образа жизни.

Задачи:

1. Закреплять знания и умения по преодолению препятствий.
2. Развивать физические качества детей.
3. Создать и закрепить на целый день хорошее настроение у детей.

Ход:

Воспитатель:

Мы все привыкли к порядку

И утром делаем зарядку,

Чтобы сильными и здоровыми расти!

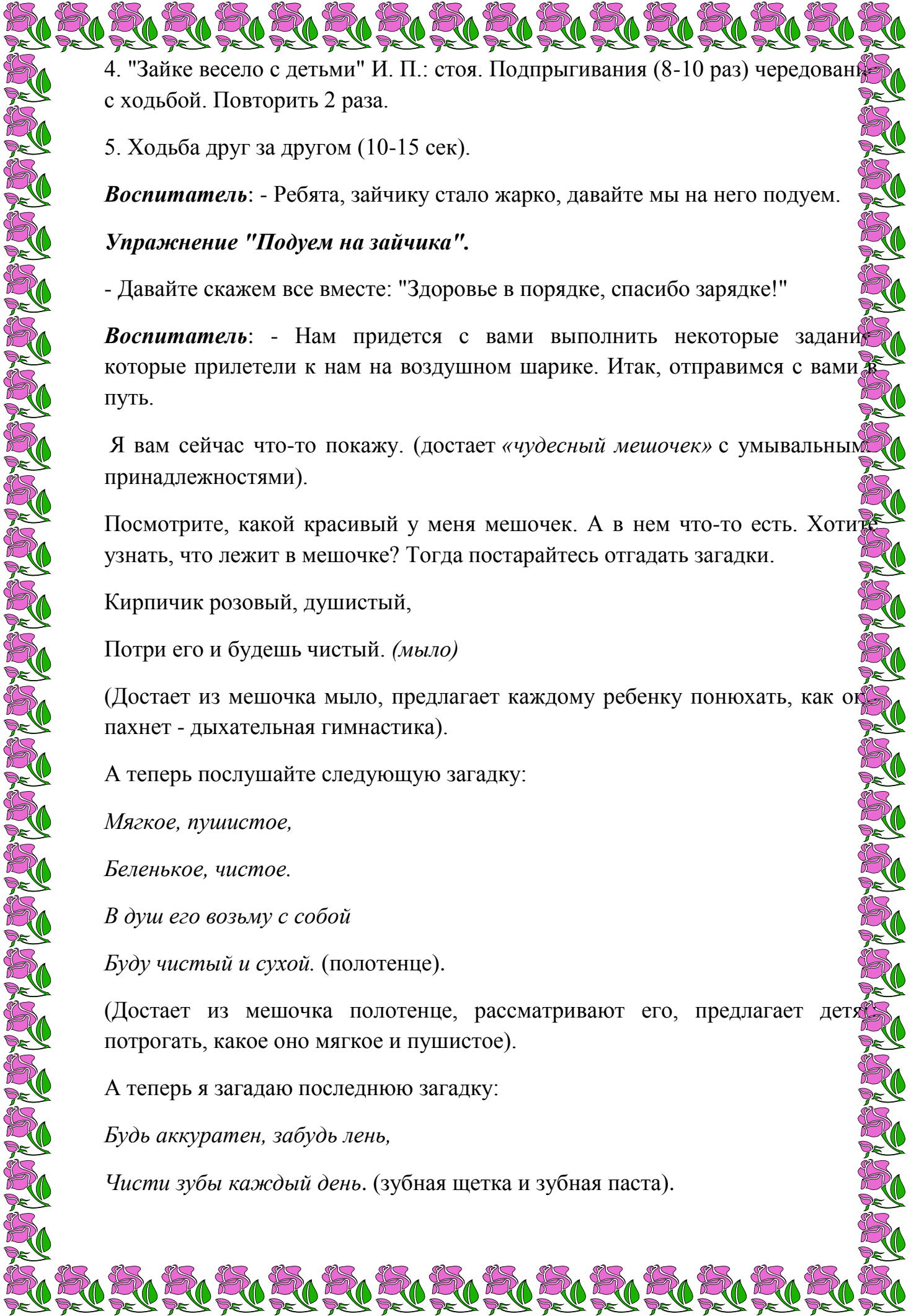
надевает шапочку зайца и проводит зарядку.

I. Ходьба по группе за зайчиком (воспитателем) (10 сек). Покажем зайчику, какие мы большие (ходьба на носочках (10 сек). Бег за зайчиком (15 сек). Ходьба (10 сек).

II. 1. "Зайка вырастит большой" И. П.: стоя, ноги вместе, руки опущены. Подняться на носочки, руки вверх. Вдох. Опустится на всю ступню, руки опустить. Выдох. Выдыхая произносить: "у-х-х-х-х" (5 раз)

2. "Зайка греет ушки" И. П.: стоя, ноги слегка расставлены, руки за спину. Повернуть голову на право. Вернуться в И. П. Повернуть голову влево. Вернуться в ИП. (по 3 раза в каждую сторону).

3. "Зайка показывает лапки" И. П.: стоя, руки за спиной. Вытянуть руки вперед, наклониться, коснуться пола. Вернуться в И. П. (5 раз).



4. "Зайке весело с детьми" И. П.: стоя. Подпрыгивания (8-10 раз) чередование с ходьбой. Повторить 2 раза.

5. Ходьба друг за другом (10-15 сек).

Воспитатель: - Ребята, зайчику стало жарко, давайте мы на него подуем.

Упражнение "Подуем на зайчика".

- Давайте скажем все вместе: "Здоровье в порядке, спасибо зарядке!"

Воспитатель: - Нам придется с вами выполнить некоторые задания, которые прилетели к нам на воздушном шарике. Итак, отправимся с вами в путь.

Я вам сейчас что-то покажу. (достаёт «чудесный мешочек» с умывальными принадлежностями).

Посмотрите, какой красивый у меня мешочек. А в нем что-то есть. Хотите узнать, что лежит в мешочке? Тогда постарайтесь отгадать загадки.

Кирпичик розовый, душистый,

Потри его и будешь чистый. (*мыло*)

(Достаёт из мешочка мыло, предлагает каждому ребенку понюхать, как оно пахнет - дыхательная гимнастика).

А теперь послушайте следующую загадку:

Мягкое, пушистое,

Беленькое, чистое.

В душ его возьму с собой

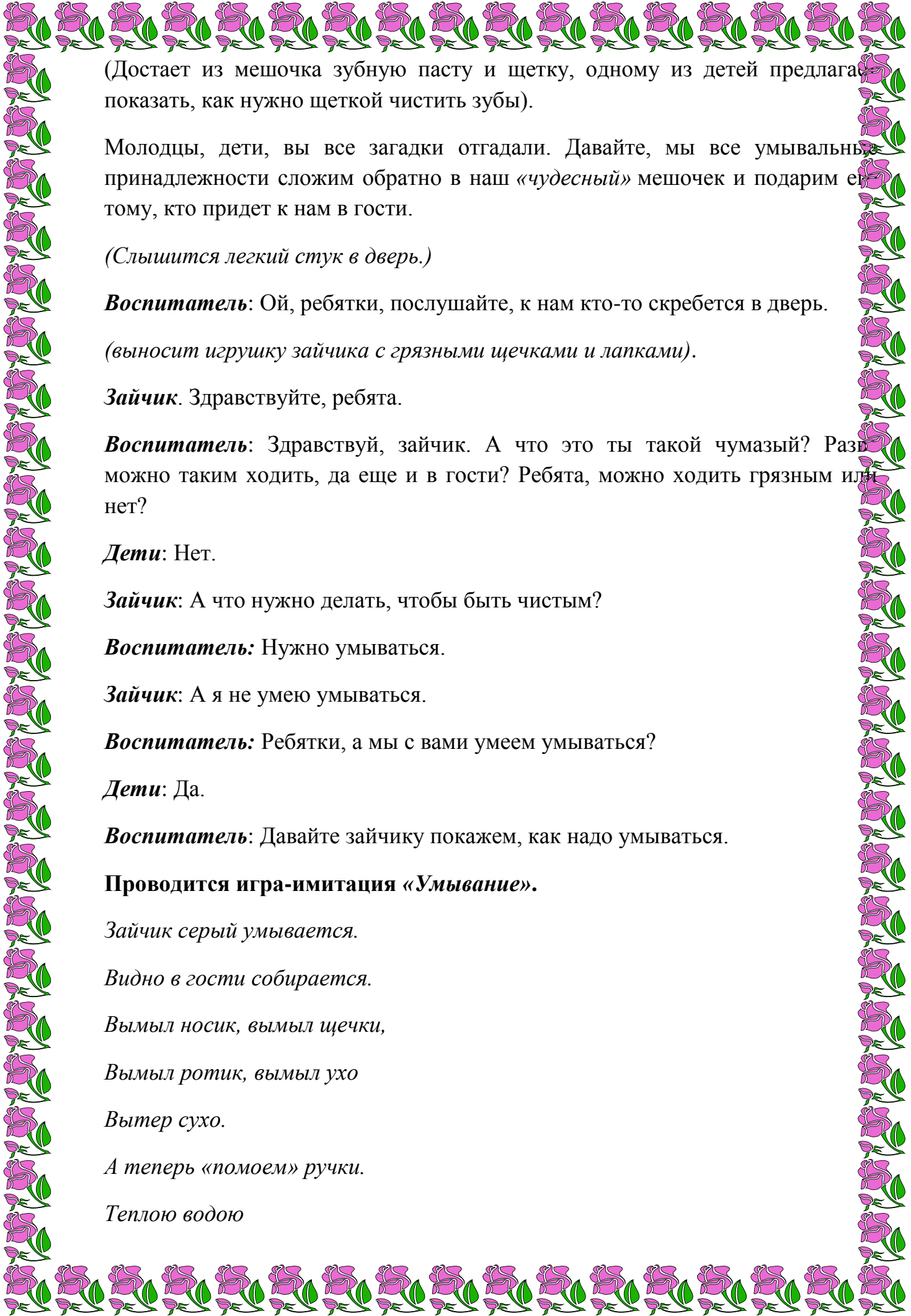
Буду чистый и сухой. (*полотенце*).

(Достаёт из мешочка полотенце, рассматривают его, предлагает детям потрогать, какое оно мягкое и пушистое).

А теперь я загадаю последнюю загадку:

Будь аккуратен, забудь лень,

Чисти зубы каждый день. (*зубная щетка и зубная паста*).



(Достаёт из мешочка зубную пасту и щётку, одному из детей предлагает показать, как нужно щёткой чистить зубы).

Молодцы, дети, вы все загадки отгадали. Давайте, мы все умывальники принадлежности сложим обратно в наш «чудесный» мешочек и подарим его тому, кто придет к нам в гости.

(Слышится легкий стук в дверь.)

Воспитатель: Ой, ребятки, послушайте, к нам кто-то скребется в дверь.

(выносит игрушку зайчика с грязными щечками и лапками).

Зайчик. Здравствуйте, ребята.

Воспитатель: Здравствуй, зайчик. А что это ты такой чумазый? Раз можно таким ходить, да еще и в гости? Ребята, можно ходить грязным или нет?

Дети: Нет.

Зайчик: А что нужно делать, чтобы быть чистым?

Воспитатель: Нужно умываться.

Зайчик: А я не умею умываться.

Воспитатель: Ребятки, а мы с вами умеем умываться?

Дети: Да.

Воспитатель: Давайте зайчику покажем, как надо умываться.

Проводится игра-имитация «Умывание».

Зайчик серый умывается.

Видно в гости собирается.

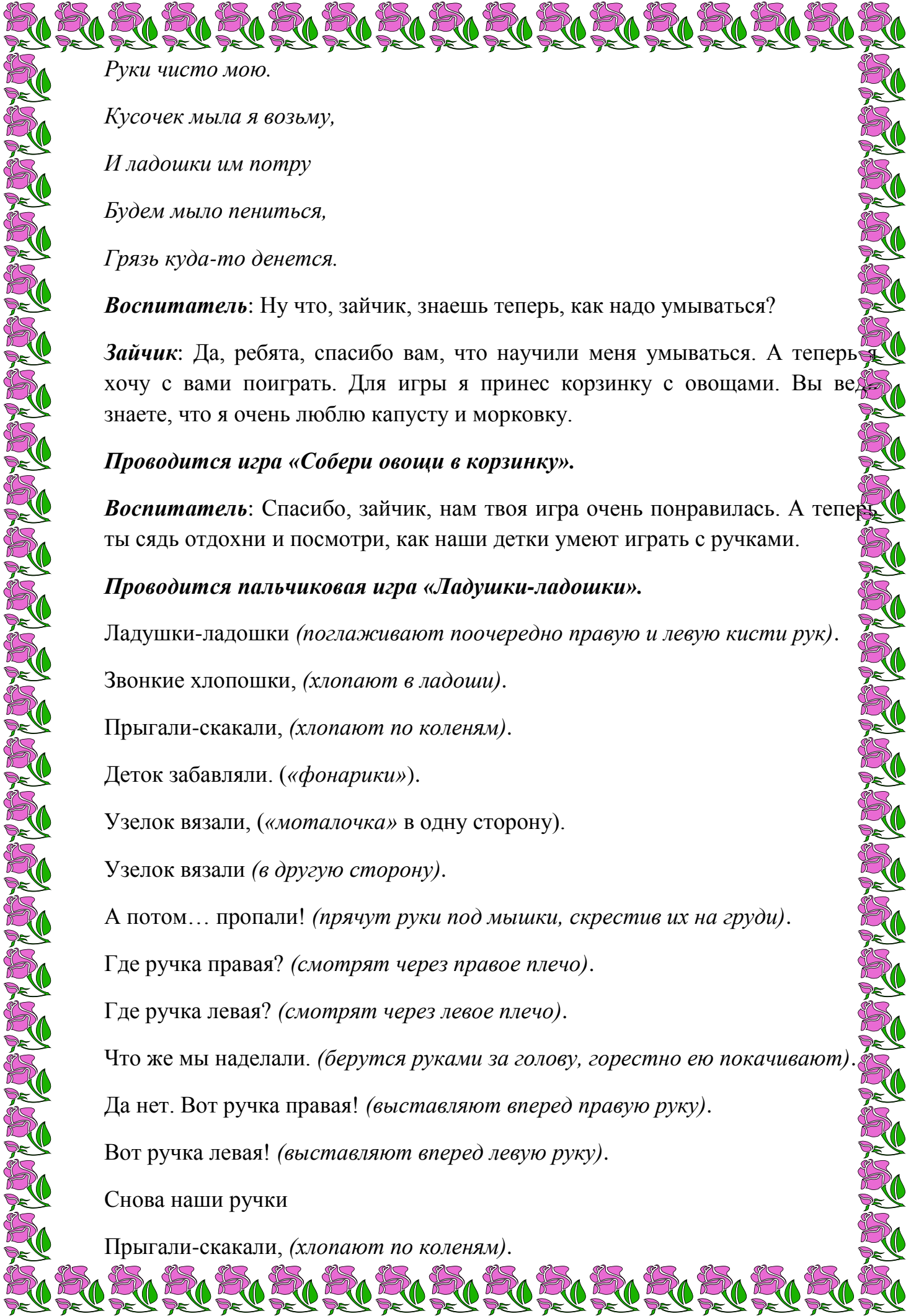
Вымыл носик, вымыл щечки,

Вымыл ротик, вымыл ухо

Вытер сухо.

А теперь «помоем» ручки.

Теплою водою



Руки чисто мою.

Кусочек мыла я возьму,

И ладошки им потру

Будем мыло пениться,

Грязь куда-то денется.

Воспитатель: Ну что, зайчик, знаешь теперь, как надо умываться?

Зайчик: Да, ребята, спасибо вам, что научили меня умываться. А теперь я хочу с вами поиграть. Для игры я принес корзинку с овощами. Вы ведь знаете, что я очень люблю капусту и морковку.

Проводится игра «Собери овощи в корзинку».

Воспитатель: Спасибо, зайчик, нам твоя игра очень понравилась. А теперь ты сядь отдохни и посмотри, как наши детки умеют играть с ручками.

Проводится пальчиковая игра «Ладушки-ладошки».

Ладушки-ладошки *(поглаживают поочередно правую и левую кисти рук)*.

Звонкие хлопошки, *(хлопают в ладоши)*.

Прыгали-скакали, *(хлопают по коленям)*.

Деток забавляли. *(«фонарики»)*.

Узелок вязали, *(«моталочка» в одну сторону)*.

Узелок вязали *(в другую сторону)*.

А потом... пропали! *(прячут руки под мышки, скрестив их на груди)*.

Где ручка правая? *(смотрят через правое плечо)*.

Где ручка левая? *(смотрят через левое плечо)*.

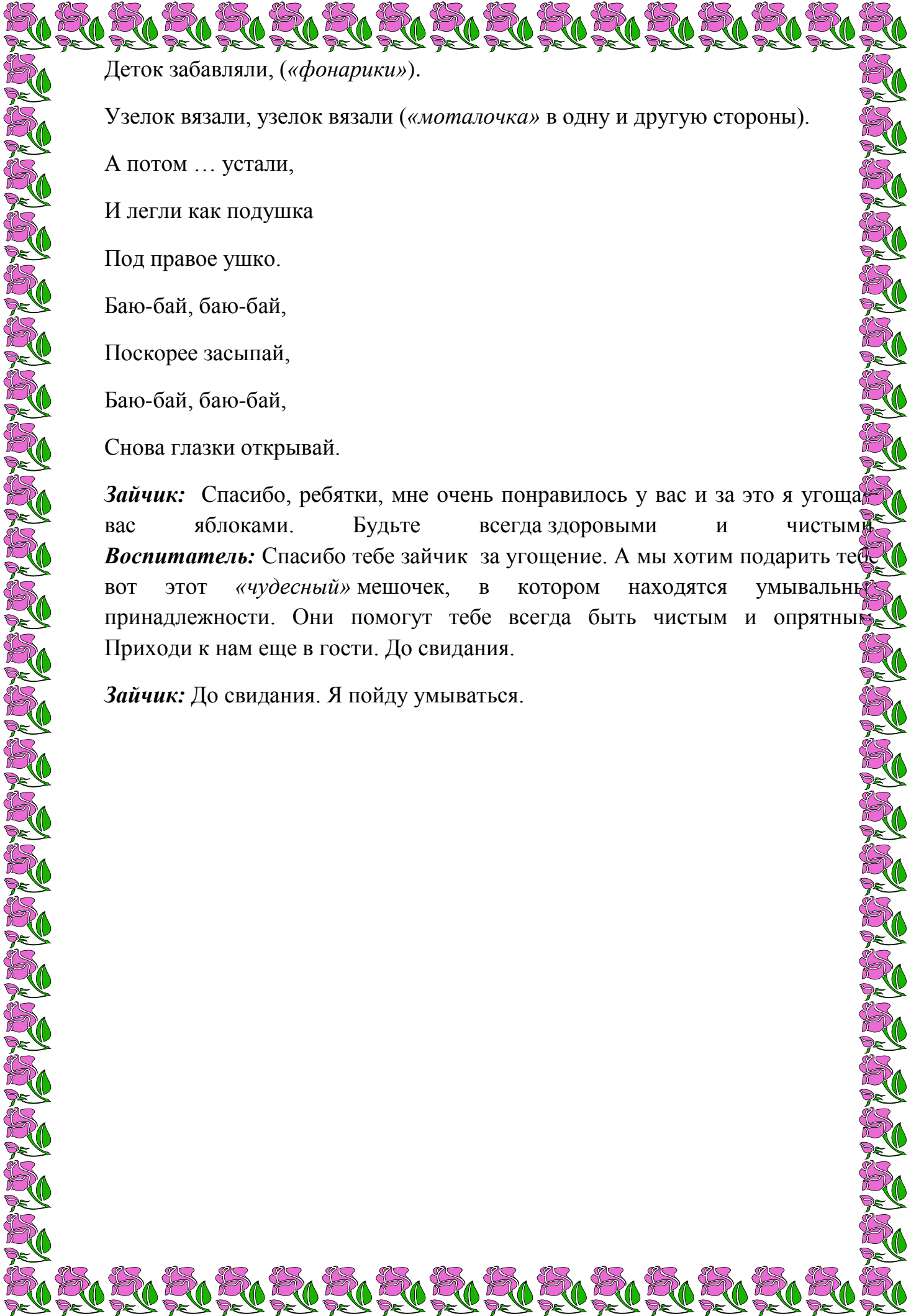
Что же мы наделали. *(берутся руками за голову, горестно ею покачивают)*.

Да нет. Вот ручка правая! *(выставляют вперед правую руку)*.

Вот ручка левая! *(выставляют вперед левую руку)*.

Снова наши ручки

Прыгали-скакали, *(хлопают по коленям)*.



Деток забавляли, («фонарики»).

Узелок вязали, узелок вязали («моталочка» в одну и другую стороны).

А потом ... устали,

И легли как подушка

Под правое ушко.

Баю-бай, баю-бай,

Поскорее засыпай,

Баю-бай, баю-бай,

Снова глазки открывай.

Зайчик: Спасибо, ребятки, мне очень понравилось у вас и за это я угощаю вас яблоками. Будьте всегда здоровыми и чистыми.

Воспитатель: Спасибо тебе зайчик за угощение. А мы хотим подарить тебе вот этот «чудесный» мешочек, в котором находятся умывальные принадлежности. Они помогут тебе всегда быть чистым и опрятным. Приходи к нам еще в гости. До свидания.

Зайчик: До свидания. Я пойду умываться.