Спортивное развлечение в младшей группе «День здоровья»

**Цель**: приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни, подвижным играм.

**Задачи**:

- привлекать детей к занятиям физкультуры через игровые сюжеты;

- развивать физические качества: ловкость, координацию движений, равновесие;

- развивать умение у детей и взрослых согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе;

- вызвать желание у родителей активно взаимодействовать с сотрудниками детского сада в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей;

- достичь положительного эмоционального настроя.

**Место проведения**: Физкультурный зал детского сада.

**Оборудование**: взрослый костюм медведя, обручи, игрушка зайца, корзины (2 шт.), мячики маленькие (30 шт.), мешочки с песком.

В физкультурный зал входит ведущий.

**Ведущий**

Начинаем развлеченье

Будут игры, будет смех,

И веселье, и забавы

Приготовили для всех.

**Ведущий**: Все собрались?

Все здоровы?

Бегать и прыгать все готовы?

Кто же пришел к нам на праздник, чтобы узнать – надо загадку отгадать.

Он зимою крепко спит

А весной везде шумит,

То он к пчелам заглянет,

И сворует у них мед,

То малину обнесет,

Кто и как его назовет? (мишка)

**Медведь**: Здравствуйте, девочки и мальчики! Мне сорока на хвосте принесла сегодня, что люди празднуют День Здоровья? А что такое здоровье я не знаю? Объясните мне, друзья! (дети отвечают). А я ничего такого не знаю и ничего не делаю.

Я немного толстоват,

Я немого косолап.

Но поверьте мне, ребята,

В этом я не виноват!

И я не знаю, что такое зарядка. Покажите мне, пожалуйста.

Ведущий: А сейчас, ребята мы приглашаем вас на спортивную лужайку. Тогда начинаем весёлую разминку!

Медвежата в чаще жили

Головой своей крутили

Вот так, вот так – головой своей крутили (Поворачиваем голову вправо и влево)

Медвежата мёд искали

Дружно дерево качали

Вот так, вот так – дружно дерево качали (наклоны туловищем вправо и влево)

И вразвалочку ходили

И из речки воду пили

Вот так, вот так и из речки воду пили (Наклоны вперёд)

А ещё они плясали! Дружно лапы поднимали!

Вот так, вот так кверху лапы поднимали! (Поднимаем попеременно ручки)

Вот болотце на пути! Как его нам перейти?

Прыг да скок! Прыг да скок! Веселей скачи дружок! (Прыжки вверх)

**Медведь**: Ох-ох-ох! Я уже устал, ребята! Пойду, немного посплю. (Медведь засыпает)

*Проводится игра «У медведя во бору»*

(На площадке для игры обруча:. 1-ый – это берлога «медведя», 2-ой – это дом, для всех остальных участников игры.)

Медведь спит. Дети идут и произносят слова:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

Он на нас рычит.

После этих слов медведь просыпается и догоняет детей.

А вот и веселая полянка. Здесь нас ждет красивая карусель(разноцветный обруч с лентами).

*Проводится игра «Карусель».*

Подготовка к игре: играющие становятся в круг диаметром 6-8 м. По сигналу руководителя они громко произносят

«Еле-еле, еле-еле.

Завертелись карусели,

А потом кругом, кругом

Все бегом, бегом, бегом».

В соответствии с текстом дети идут по кругу сначала медленно, а потом постепенно ускоряют движения. После того, гак дети пробегут два круга, они постепенно переходят на ходьбу, говоря:

«Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите!

Раз-два, раз-два!

Вот и кончилась игра!».

Движение карусели замедляется, дети опускают руки; Игра повторяется, дети двигаются по кругу в другую сторону.

Медведь: У меня еще есть очень хороший друг. У него длинные уши, короткий хвостик и он очень веселый и быстрый. Кто это?

*Игра Зайка беленький сидит*

Зайка серенький сидит,

И ушами шевелит.

Вот так, вот так,

Он ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть.

Хлоп – хлоп, хлоп – хлоп,

Надо лапочки погреть.

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать

Скок – скок, скок – скок,

Надо зайке поскакать.

Волк зайку испугал,

Зайка прыг –

И ускакал!

**Ведущий**: Молодцы ребята! А что любит грызть зайка? Посмотрите на полянке много грибов, цветов, моркови. Поможем зайке собрать всю морковь в корзинку?

**Зайка**: Вы конечно молодцы поразмялись от души, помогли собрать морковь. С вами весело. Мне пора прощаться. До свиданье!

**Медведь**: Спасибо вам за интересный праздник. Теперь я узнал, что такое «Здоровье».

**Ведущий**: Мишка чтобы быть здоровым, нужно еще правильно питаться, есть полезные продукты: овощи и фрукты и пить сок. И мы всех участников угощаем соком. Будьте здоровы!!!