**Конспект спортивного развлечения в младшей группе**

**На тему «День здоровья»**

**Цель:** формировать у детей навыки здорового образа жизни.

**Задачи:**

Укреплять здоровье детей.

Предоставить детям возможность применять двигательные умения и навыки.

Воспитывать любовь к занятиям физической культурой

Создать радостное и веселое настроение.

**Оборудование:**Игрушка зайчик, письмо, спортивный инвентарь (скамейка, канат, обручи, колонка с аудиозаписями, корзинка с овощами и фруктами, морковка)

**Предварительная работа:** Рассматривание картинок про ЗОЖ, чтение х/литературы по теме, беседы по теме.

**Ход занятия:**

**Воспитатель:** Ребята, смотрите, к нам в группу почтальон принес письмо. Давайте посмотрим, от кого же оно? (Читаю)
«Здравствуйте, ребята! Пишет вам зайчик. Я уже давно собираюсь прийти к вам в гости, но никак не получается. То насморк одолеет, то кашель, а мне бы так хотелось с вами поиграть».

**Воспитатель:**Ребята, зайчик заболел! Давайте мы поскорее отправимся к нему в гости и расскажем, что нужно делать, чтобы быть здоровым.
В гости с пустыми руками идти не принято, так давайте возьмем корзинку с полезными овощами и фруктами. Мы угостим нашего Зайку, чтобы он, побыстрее поправился.

Домик Зайки стоит далеко от детского сада. Поэтому для начала нам нужно отправиться в лес. Поедем с вами на поезде!
*(****Звучит песня-«Паровозик из Ромашкова»***. Ребята встали друг за другом и пошли за воспитателем по участку)

**Воспитатель:**Ребята, мы приехали в лес. Здесь есть веселая полянка. Но чтобы до нее добраться, надо пройти по узкому бревну (скамейка), перейти болото (обручи), потом перепрыгнуть через ручеек(канат). Давайте сделаем зарядку, тогда легче будет преодолеть препятствие.
 **Музыкально-игровая гимнастика «Пяточка-носочек»**

(дети вместе с воспитателем под музыку повторяют движения)

**Воспитатель:**Прибежали на полянку, а на ней столько цветов расцвело. Давайте немножко отдохнем и понюхаем цветочки.

**Дыхательное упражнение «Вокруг цветочки»**

(носиком делаем вдох-выдох, вдыхаем и выдыхаем воздух)

**Воспитатель:**Но пора отправляться в путь, ведь нас ждет зайчик.

(Дети друг за другом выстраиваются в шеренгу и преодолевают полосу препятствий)

**Воспитатель :**Посмотрите, а вот и домик Зайчика. Давайте я постучу.
(В окошке появляется Зайка).
**Зайчик:** (чихает и кашляет) Кто там ?

**Воспитатель:** Это ребятки из детского сада к тебе пришли. Ты зайка к нам письмо написал.
**Зайчик:** Ой, как хорошо, что вы пришли, а то я никак к вам не могу прийти, болею все.

**Воспитатель:** Ребята зайчику нужно помочь. Угостим его полезными овощами и фруктами, пусть поправляется. Держи Зайка корзинку, дети тебе гостинец принесли, что бы ты поправлялся.
**Зайчик:**Спасибо большое! А вы тоже часто болеете?

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

**Зайчик:**А меня научите?

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

**Музыкально-ритмическая гимнастика «Солнышко»**

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

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

**Зайчик:**А я так и делаю! У меня на грядке растет морковка. Хотите, я вас угощу?

(Дает воспитателю грязную морковку.)

**Воспитатель:**Ребята, смотрите какая грязная морковка!

**Зайчик:**Вы ешьте, и не обращайте внимания!

**Воспитатель:** 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.

**Игра «Зайка серый умывается»**

Зайка серый умывается.

Видно, в гости собирается, *(Дети «умываются».)*

Вымыл носик, вымыл хвостик,

Вымыл ухо. *(Дети трут ладошками нос, хвост, уши.)*

Вытер сухо!

И поскакал. Скок – поскок! Скок – поскок! *(Дети скачут.)*

**Воспитатель:** 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!

**Воспитатель:** А нам пора возвращаться в детский сад.

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

**Дети:**До свидания, зайчик!

**Итог:**

**Воспитатель:**Вот мы и приехали в детский сад. Понравилось вам в лесу? Кого мы повстречали в лесу? Мы к Зайке теперь дорогу знаем и в гости к нему еще не раз отправимся.