**Спортивное развлечение «Быть здоровыми хотим» для младшей группы**

**Цель:**1. формировать у детей здоровый образ жизни;  
2. в игровой форме развивать ловкость, быстроту, силу;  
3. формировать навыки сотрудничества детей друг с другом.  
**Ход развлечения**:  
*Под весёлую музыку дети входят в зал, в углу сооружен домик из модулей.*  
**Воспитатель**: В зал спортивный собрались  
Дружные ребятки.  
Шорты, майки и носочки –  
Всё у вас в порядке.  
Физкультурой ребятня  
Любят заниматься.  
Нам болезни не страшны,  
Нас они боятся.  
В зал вбегает Заяц.  
**Заяц:** Я спешил, я бежал,  
Чуть в болото не попал.  
Заболел в лесу медведь.  
Говорит: «Нет, сил терпеть!»  
**Воспитатель**: В лес с тобой пойти мы можем,  
И медведю мы поможем.  
Дети за медведем идут по дорожке, преодолевая разные препятствия: проходят по ребристой дорожке; через «кочки» - пенёчки; двигаются «змейкой» приставным шагом по канату.  
Подходят к дому медведя, стучат. Он выходит, согнувшись, держится за живот.  
**Воспитатель**: Здравствуй, Мишка,  
Что ты ел?  
Отчего ты заболел?  
**Медведь**: Съел я очень много мёду,  
Прямо целую колоду.  
Стал я сильно поправляться.  
Трудно мне передвигаться.  
**Воспитатель:** Хватит, Мишенька, сидеть.  
Надо, Мишенька, худеть.  
- Ребята, давайте научим Мишку двигаться побольше, делать зарядку.  
*Проводится разминка. Мишка делает ее вместе с детьми.*

**1. Потягивание.** Утром Мишенька проснулся, *(Дети поднимают руки вверх,  
Мишка к солнцу потянулся. Становятся на носочки,  
Вот так. Вот так. Потягиваются)* 4-6раз.  
Мишка к солнцу потянулся.  
  
**2. Повороты.** Медвежата в чаще жили, *(Руки на поясе,  
Головой своей крутили. повороты головы  
Вот так. Вот так. в стороны)* 6-8раз.  
Головой своей крутили.  
  
**3. Наклоны.** Медвежата мёд искали, *(Руки на поясе,  
Дружно дерево качали. наклоны туловища  
Вот так. Вот так. вправо, влево)* 8-10раз.  
Дружно дерево качали.  
  
**4. Приседание.** Вперевалочку ходили, *(Ходьба на наружном своде стопы,  
И из речки воду пили. приседания, руки на поясе)* 6-8раз  
Вот так. Вот так.  
И из речки воду пили.  
  
**5. Прыжки.** Мишкам весело играть, *(прыжки на месте,  
Мишкам хочется скакать. на двух нога,  
Вот так. Вот так. на одной ноге)* 8-10раз.  
Мишкам хочется скакать.  
  
6. Стоп! Закончилась зарядка, *(дети восстанавливают дыхание)*  
Вдох и выдох для порядка.  
Медведь *(вздыхает)* Ох, хо, хо!  
  
**Воспитатель:** Что тебя ещё тревожит?  
Мы во всем тебе поможем.  
**Медведь:** Я хотел вас попросить, урожай собрать и разложить.  
И угостить лесных зверей, помогите поскорей.  
Для младшей группы проводится игра «Витамины для зверят», для средней – эстафета «Разбери фрукты и овощи».  
**Воспитатель:** Урожай у тебя, Мишка, богатый.  
Угости ребят салатом!  
Медведь: Я не знаю, как мне быть,  
Где салат мне раздобыть?  
**Воспитатель:** А мы тебе сейчас поможем!  
Мы салат готовим ловко,  
Ну-ка, Мишка, где морковка!  
Проводится пальчиковая игра «Салат» движения выполняются по тексту:  
Мы морковку возьмем,  
И водичкою помоем.  
А потом её почистим,  
И на тёрочке натрём.  
Сахарком её посыплем,  
И сметаною польём.  
Вот какой у нас салат –  
Витаминами богат!  
Медведь: Я уже набрался сил  
И морковку полюбил.  
Я хочу спросить у вас –  
Бублик можно съесть сейчас?  
**Воспитатель:** Бублик? Бублик, что ж, бери…  
Но сначала догони!  
  
**Проводится игра «Догони бублик»**  
*дети передают по кругу кольцо, Мишка пытается его отобрать.*  
  
**Медведь:** Понял я, чтоб не толстеть,  
Должен двигаться медведь.  
Фрукты, овощи любить,  
Чтоб здоровым и сильным быть.  
**Воспитатель:** Мишка, а ребята с тобой ещё поиграть хотят.  
Проводится подвижная игра «Веселые овощи» - под веселую музыку дети выходят их обручей *(грядок)* и танцуют, Мишка в это время спит. Когда музыка останавливается, Мишка просыпается и старается поймать детей, а они убегают на свои «грядки» - обручи.  
- Растут овощи на грядках,  
Но как Мишка ляжет спать,  
Овощи выбегают поплясать.  
Мишка, попробуй их поймать.  
**Медведь:** Ой, как весело мне стало,  
И болезнь моя пропала.  
Вот спасибо детвора!  
**Воспитатель:** Миша, нам домой пора!  
Ну, а ты не забывай.  
Помни наши ты советы,  
Соблюдай зимой и летом!  
**Медведь:** Вам спасибо за заботу,  
Угостить мне вас охота.  
Вы баранки получайте  
И меня не забывайте.  
*Мишка угощает детей баранками.роводится разминка. Мишка делает её вместе с детьми.*