

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Леньковский детский сад «Аленушка» Благовещенского района Алтайского края

**Спортивное мероприятие для детей младшего дошкольного возраста
«Путешествие в страну Здоровья»**

Подготовила воспитатель:
Негодяева Е.А.

с. Леньки, 2023 г.

Цель: укрепление здоровья детей дошкольного возраста посредством упражнений, подвижных игр.

Задачи:

- закреплять умения и навыки, приобретенные на физкультурных занятиях;
- развивать силу, ловкость, выносливость, координацию в упражнениях, беге, прыжках;
- воспитывать интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, здоровому образу жизни.

Физ. инструктор: Здравствуйте, ребята, я мама-медведица.

Воспитатель: Здравствуй, мама-медведица (*дети здороваются*). А кто это с тобой?

Физ. инструктор: Это мой сынок и он приболел. Он много бегал, никого не слушался и повредил свою маленькую руку. У вас, ребятюшки, никто не болеет? (*ответы детей*). Как вы думаете, как можно помочь моему сынишке? (*ответы детей*). Да, ему нужна волшебная мазь, а у меня её нет!

Воспитатель: Дорогая медведица, я слышала, что такая мазь есть в Стране Здоровья! Ребята, давайте отправимся в Страну Здоровья и поможем маме-медведице вылечить её сына? (*ответы детей*). А как вы думаете, кто живёт в Стране Здоровья? (*ответы детей*)

В Стране Здоровья живут здоровые дети, которые каждый день делают утреннюю гимнастику, утром и вечером чистят зубки, гуляют на улице, едят полезный продукты и витамины. У них розовые щёчки и хорошее настроение.

Давайте начнем наше путешествие в страну Здоровья, но на пути нас подстерегают трудности.

1 Идём в Страну Здоровья по дорожке препятствий:

1. Ребристая дорожка (ходьба «по дорожке Здоровья», руки на пояс);
2. Массажные следочки (ходьба «по следам гномов», руки в стороны);
3. Обручи (прыжки «с островка на островок» на двух ногах);
5. Кубики (ходьба «через горы» с высоким подниманием колена);
6. Мешочки с песком (ходьба «по кочкам», руки на пояс);

Физ. инструктор: Ребята, кажется, мы и в правду пришли в страну Здоровья! Я слышала, что здесь живут не только здоровые дети, но и животные, которые, также, как и дети, умываются по утрам и делают зарядку, давайте, и мы с вами присоединимся к ним:

2 Игра «Мишка бурый умывается» в кругу

Мишка бурый умывается,
(*сухое умывание*)

Видно, в гости собирается,
(*развели руки в стороны*)

Вымыл носик,
(*Имитация движений*)

Вымыл хвостик,
(*Имитация движений*)

Вымыл ухо,
(*Имитация движений*)

Вытер сухо
(*Вытер сухо*)

И потопал в гости.

Воспитатель: Ребята, А кто мне скажет, зачем мы пришли в Страну Здоровья? Правильно, за волшебной мазью! Сейчас я её принесу! (*Приносит детский крем*). Вот мы сейчас и вылечим руку больному мишутке (*мажет кремом руку ребёнку-мишутке*). А ещё в Стране Здоровья дети и животные танцуют и веселятся. Давайте и мы повеселимся и потанцуем, потому, что все теперь здоровы!

3 Танцуют под песню «Танец маленьких утят».

Воспитатель: Мама-медведица, скажи, а что мишутка любит кушать больше всего?

Физ. инструктор: Больше всего он любит кушать ягоды.

Воспитатель: А почему?

Физ. инструктор: Потому что в них очень много витаминов!

Воспитатель: Ребята, а вы едите витамины? *(ответы детей)*

Пока вы танцевали, я собрала для Мишутки ягодки-витаминки и хотела его угостить, но случайно их рассыпала и все перемешала. Поможете мне их собрать? *(ответы детей)*. Витаминки нужно собрать в корзинки по цветам.

4 Игра «Собери витамины»

В корзинки кладутся по одной детали мозаики. На полу рассыпаются «витамины» *(цветная мозаика)*. Дети собирают «витаминки» по цветам.

Воспитатель: Какие вы молодцы, всё правильно собрали! Давайте подарим наши ягодки-витаминки Мишутке.

Воспитатель: Ребята, Мишутку мы вылечили, витаминами его подкрепили, я думаю нам нужно возвращаться обратно к нам в садик. А чтобы нам быстро вернуться туда, нужно правильно ответить на мои вопросы, что полезно для здоровья, а что нет. Нужно быть внимательным, если еда полезная, говорим да и хлопаем в ладоши, а если вредная, говорим нет и топаем ногами.

5 Игра «Полезно или нет»

Каша - вкусная еда, это нам полезно? -Да

Лук зеленый иногда, нам полезен дети? – Да

В луже грязная вода нам полезна иногда? -Нет

Творог, сыр, кефир всегда нам полезны дети?- Да

Фрукты - просто красота! Это нам полезно?- Да

Грязных ягод иногда, съесть полезно, детвора?- Нет

Овощей растет гряды. Овощи полезны?- Да

Съесть мешок большой конфет. Это нам полезно? – Нет!

Объедаться иногда, нам полезно дети? – Нет!

Лишь полезная еда на столе у нас всегда!- Да

А раз полезная еда, будем мы здоровы? – Да!

Звучит волшебная музыка, дети кружатся.

Воспитатель: Ну вот, ребята, мы снова в нашем любимом детском саду. Наше путешествие подошло к концу, а теперь, расскажите мне, в какой стране вы побывали? *(в стране Здоровья)*. Зачем мы ходили в страну Здоровья? *(Искали волшебную мазь для Мишутки)*. Давайте попрощаемся с мамой-медведицей и ее сыном Мишуткой, ведь им нужно скорее возвращаться домой и сообщить папе-медведю, что Мишутка здоров!

Физ. инструктор:

Я желаю вам ребята, быть здоровыми всегда!
Но добиться результата невозможно без труда.
Нужно правильно питаться,
Нужно спортом заниматься,
Зубы чистить, закаляться.
Руки мыть перед едой,
И всегда дружить с водой.
Будьте здоровы!
До свидания!

Под музыку герои уходят.

