

Спортивно-оздоровительное развлечение в группе младшего возраста «В гости к солнышку»

Цель: укрепление здоровья детей

Задачи:

- упражнять в выполнении основных движений: прыжки, бег, ползание.
- учить выполнять дыхательное упражнение.
- развивать мелкую моторику, подвижность, координацию движений.
- создать бодрое и радостное настроение у детей.

Подготовительная работа: чтение словацкой сказки «У солнышка в гостях»

Оборудование: солнышко из бумаги и лучи-полоски, скамейка, туннель из модуля, обручи, муляжи овощей и фруктов, 2 корзинки, пособие для дыхательной гимнастики, мягкий модуль «Осьминог», игрушки.

Музыкальное сопровождение: динамичная фоновая музыка, медленная фоновая музыка.

Ход:

- Ребята, мы познакомились со сказкой, в которой цыплята, сойка, ежик, утка и заяц побывали в гостях у солнышка. А вы хотите в гости к солнышку сходить?

- Тогда отправляемся в путешествие.

Пальчиковая гимнастика "Путешествие"

Тук-тук-тук.

Наши ушки слышат стук.

(Возле уха стучать пальчиками)

Вот ладошечки шуршат,

(Потирание ладоней друг о друга)

Наши пальчики трещат.

(Потирание кулачков друг о друга)

Теперь в ладоши громко бей,

(Хлопки)

А теперь ты их согрей.

(Ладони на щеки)

К путешествию готовы?

(Кулаки на столе)

Да!

(Руки вверх, ладони раскрыть)

В путь отправимся мы снова:

(Вращательные движения кистями)

Сядем мы на самолет

И отправимся в полет.

(Руки вытянуты в стороны, ладони напряжены)

Мы теперь на корабле,

Нас качает на волне.

(Ладони лодочкой)

Едет поезд,

(Ребром ладони двигаем по кругу)

Колеса стучат.

(Кулачки стучат по столу)

В поезде много веселых ребят.

(Подушечками пальцев поочередно нажимаем на стол).

Встречают Петушка(игрушка)

Педагог:

- Петушок, ты не знаешь, как нам к солнышку добраться? Его на небе несколько дней нет.

Петушок:

- Может ежик знает? К нему ступайте. За мостом он живет.

«Пройди по мосту» (дети проходят по скамейке, руки в стороны)

Педагог:

-Ежик, ты не знаешь, как нам к солнышку добраться? Его на небе несколько дней нет.

Еж:

-Может рыбка знает? К ней идите. Заходите в мою норку.

«Тоннель»

Педагог:

-Рыбка, рыбка, ты не знаешь, как нам к солнышку добраться? Его на небе несколько дней нет.

Рыбка:

- Утка знает. К ней идите. Дорога проходит мимо осьминога. Будьте осторожны, на его щупальца не наступите.

«Щупальца осьминога» (перепрыгивают)

Педагог:

-Утка, ты не знаешь, как нам к солнышку добраться? Его на небе несколько дней нет.

Утка:

-Заяц знает, к нему идите. Высоко ноги поднимайте.

«Преодолей препятствие» (перешагивают через модуль)

-Здравствуй, заяц, ты не знаешь, почему солнышка так долго на небе нет?

Заяц:

-Скажу, если поможете мне урожай собрать.

Игра: «Собери урожай»

Заяц:

-Солнышко тучки закрыли.

Педагог:

-Как же нам к солнышку подняться?

Минутка релаксации «ПЛЫВЕМ В ОБЛАКАХ»

Педагог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Лягте и займите удобное положение. Закройте глаза. Дышите легко и медленно. Вы лежите и смотрите вверх на облака – большие, белые, пушистые облака в прекрасном синем небе. Дышите свободно. Во время вдоха вы начинаете мягко подниматься навстречу большому пушистому облаку. Вы поднимаетесь еще выше на самую верхушку облака и мягко утопаете в нем. Пушистое большое облачко поднимает вас вверх. Вы отдыхаете. 1,2,3,4,5-будем медленно вставать!

-А вот и солнышко из-за туч выглядывает.

Дыхательная гимнастика «Освободи солнышко от тучек»

Пособие выдается каждому ребенку. Дети сдувают тучки с солнышка.

Игра «Лучики для солнышка»

(раскладывают лучики вокруг солнышка).

Педагог:

Засияло наше солнышко!

Пора нам в группу возвращаться.