

Физкультурное занятие в младшей группе

«Путешествие в страну Здоровья».

Цель: *продолжать формировать у детей представление о здоровье и здоровом образе жизни.*

Задачи:

Воспитательные:

- *воспитывать бережное отношение к своему здоровью;*
- *воспитывать любовь к физкультуре и спорту;*
- *воспитывать дружелюбие;*

Образовательные:

- *развивать двигательные навыки детей;*
- *развивать мышление, воображение;*
- *закрепить знания детей о здоровье и гигиенических процедурах;*

Оздоровительные:

- *способствовать укреплению здоровья детей;*

Оборудование: музыкальное сопровождение «Паровоз из Ромашково», мasha и медведь «Зарядка», «У жирафа пятна»; 3 ведерка, разноцветные шары, медали, картинки.

Возраст: 3-4 года.

Предварительная работа: беседа с детьми на тему «Здоровье», поиск музыкального сопровождения, поиск игр для детей младшего возраста, составление конспекта, распечатывание картинок, подготовка атрибутов.

Ход мероприятия.

Дети заходят в зал и садятся на скамейку.

Ведущая: Здравствуйте, ребята! Вы любите путешествовать? *(Да)*

Я предлагаю, Вам отправится в путешествие в страну Здоровья!

Ребята, а, что нужно делать, чтобы быть здоровым? *(делать зарядку, умываться, чистить зубы, кушать фрукты и овощи)*

Молодцы! Вы готовы отправиться в путешествие? *(Да)*

В путешествие мы с вами отправимся на поезде! Прицепляйтесь вагончики!

Звучит музыка «Поезд из Ромашково».

1 Остановка «Зарядкино».

Ведущий: Вот и первая остановка. Называется она «Зарядкино».

«Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно! Только надо знать, как здоровым стать. Приучай себя к порядку, делай каждый день... »

Дети: *Зарядку!*

Ведущий: Ребята, а зачем нужна зарядка? *(Чтобы быть сильными, бодрыми, веселыми)*

А вы делаете зарядку по утрам?

Какие вы молодцы! Я предлагаю Вам сделать зарядку!

Проводится зарядка по музыку «Маша и медведь».

Ведущий: Хорошо размялись! Поехали дальше!

Звучит музыка «Поезд из Ромашково».

2 Остановка «Витаминная».

Ведущий: Все знают, как полезны витамины

Все дети очень дружат с ними.

Ребята сейчас мы с вами поиграем в игру «Собери витамины».

Ведущий: Молодцы! Все витамины собрали! Пора ехать дальше!

3 Остановка «Полезная и вредная еда».

Ведущий: Чтоб здоровым оставаться, нужно правильно питаться!

Предлагаю вам поиграть в игру «Полезно или вредная еда». Нужно быть внимательным, если еда полезная, говорим да и хлопаем в ладоши, а если вредная, говорим, нет и, топаем ногами.

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 гряда. 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!*

Ведущий: Молодцы ребята! Поехали дальше.

4 Остановка «Спортивная».

Ведущий: Будем спортом заниматься, будем силы укреплять, упражнения выполнять, в игры разные играть.

Дети выполняют движения под песню «У жирафа пятна»

Ведущий: Молодцы ребята. А нам пора ехать дальше. Прицепляйтесь вагончики.

5 Остановка «Чистюлькино».

Ведущий: Сейчас мы с вами отгадаем загадки

1. Ускользает как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится. (Мыло)

2. Мягкое, пушистое,
Чистое — пречистое.
Об него мы руки вытираем.
И на место убираем. (Полотенце)
3. Всех лохматых расчесать,
Кудри в косы заплетать,
Делать модную прическу.
Помогает нам ... (расческа)
4. Кто почистит зубки нам по утрам и вечерам? (Зубная щетка)

Ведущий: Молодцы, ребята! Все загадки отгадали! Вот и побывали мы с вами в путешествии в страну Здоровья, пора возвращаться в группу. Что вы сегодня вы узнали? Что больше понравилось? Я приготовила для вас медали.

Ведущий: 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!

Дети уходят в группу.