МАДОУ «Промышленновский д/с Радуга»

 Физкультурно-оздоровительное развлечение во 2 мл гр

«В гости к госпоже Зарядке»

 Автор-составитель:

 Машкевич Л.Ф.

Промышленная

2013г

Задачи:

* Закреплять умение ходить парами в различных направлениях;
* Закреплять умения детей в прыжках, приземляясь на носочки; в подлезание под планку;
* Развивать ловкость, быстроту, выдержку и внимание, равновесие;
* Вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на спортивные упражнения, прививать любовь к физкультуре.

Ход:

-Здравствуйте ребята! Вы любите сказки?

-Я расскажу вам сегодня удивительную историю как зарядка стала госпожой всех спортивных занятий. В стародавние времена когда люди жили в лесу со всеми зверями и им не надо было ходить на работу они спали сколько хотели. И поэтому им трудно было сразу после сна приниматься за работу. Вот тогда и появилась зарядка, которая помогла людям стать после сна бодрыми и веселыми. И в 21веке каждый день зарядка приходит к нам по утрам, чтобы взбодрить нас. А сегодня я предлагаю вам пойти в гости к госпоже зарядке. Вы согласны идти со мной? Путь будет долгим и нелегким, но, я вам помогу. Дорога идет через лес.

Чтоб в лесу не заблудиться

Нужно в пары становиться! (ходьба в парах змейкой)

На полянку мы пришли и медведя (родитель)здесь нашли. Медведь, ты не знаешь как пройти к домику где госпожа зарядка живет? Знаю, только если вы покажите мне медвежью зарядку . Покажем ребята какую медвежью зарядку мы делаем после дневного сна?

Мишка шел, шел, шел

Земляничку нашел,

Посидел, попыхтел

Земляничку всю съел.

Мишка шел, шел, шел

К тихой речке пришел.

Сделал полный оборот ,

Перешел он речку в брод.

 Мишка шел, шел, шел

На лужайку пришел.

Он попрыгал на лужайке

Быстро, ловко, словно зайка.

Медведь: -Молодцы ребятки! Надо идти вон туда по мостику через ручеек. Я вам помогу его перейти.

(идем друг за другом по скамейке и по дорожке здоровья)

Медведь: -Дальше идите сами, а мне надо спешить по делам. До свидания!

-Ребята смотрите, кто там под кусточком сидит? Зайчик! Здравствуй зайчик! Ты не знаешь, как пройти к домику, где госпожа зарядка живет?

Зайчик: - Знаю. Через пригорок скок поскок и к домику попадете.

(прыжок со скамейки с приземлением на обе ноги на носочки)

-А теперь под ту ограду нам пробраться как-то надо.

(проползаем под скакалками)

-Ах, как вкусно пахнет. Видно хозяйка гостей ждет. Давайте вдохнем аромат.

 ( дыхательная гимнастика: 3 коротких вдоха через нос и выдох через рот со словом «ах» )

Выходит госпожа зарядка.- Здравствуйте дети. Дети: здравствуй госпожа зарядка.

Дети, а вы знаете какую-нибудь зарядку. А покажите мне её. Покажем!

В лесу стоит избушка, ав ней живет петрушка.

Приходят к нему звери попрыгать поиграть.

Олени, носороги, медведи из берлоги

 Проходят по порядку попрыгать, поиграть.

Малиновка овсянка смешная обезьянка

 И им одно и тоже попрыгать, поиграть.

Госпожа Зарядка: -Спасибо! Вот порадовали вы меня. А танцевать вы умеете? Давайте вместе станцуем «буги-вуги».

(танцуем под музыку, затем «зарядка» дарит детям раскраски – виды спорта )

-Ребята, госпожа Зарядка вырастила для нас «дерево здоровья». Потому, что здоровье – это не только движение, а еще и чистая вода и соблюдение правил гигиены и хорошие продукты и многое другое.