***«Зарядка для ребяток и зверяток»***

***Развлечение по физкультуре для 2 младшей группы***

Составила: Глазкова Наталья Вячеславовна,

воспитатель МДОУ № 121, г. Саранск,

Республика Мордовия

**Оборудование: Игрушки «Хомяк», «Зайчик», музыка для релаксации «Звуки леса».**

**ВЕДУЩИЙ:**

- Дети, кто мне скажет, зачем нужно по утрам делать зарядку?

**ЗАРЯДКА: (построение в круг, ОРУ в кругу)**

Солнце глянуло в кроватку – 1,2,3,4,5!

Все мы делаем зарядку – надо нам присесть и встать!

Руки вытянуть пошире – 1,2,3,4,5!

Наклониться – 3,4, и на месте поскакать!

На носок – потом на пятку, все мы делаем зарядку!

**ВЕДУЩИЙ:**

-Оказывается, по утрам зарядку делают не только ребята, но и зверята! (Показывает игрушку - хомячка)

-Хомячок предлагает вместе с ним сделать зарядку!

**ЗАРЯДКА ХОМЯЧКА:** (Дети инсценируют движения хомячка по тексту стихотворения).

Хомка, хомка хомячок, полосатенький бочок.

Хомка раненько встает, моет щечки, шейку трет.

Подметает хомка хатку и выходит на зарядку.

1,2,3,4,5 - хочет хомка сильным стать!

-Ребятки, у хомячка есть друг – зайка. Он тоже по утрам делает зарядку, приводит себя в порядок. Давайте и мы приведем себя в порядок.

**ЗАРЯДКА ЗАЙЧИКА:** (инсценируют движения зайца по тексту стихотворения).

Зайка наш идет к друзьям – мышкам, белкам, воробьям.

Вымыл шейку он и ушки, причесал свою макушку!

Вымыл лапки тщательно, вытер их старательно,

Приоделся и прыг, скок, скок скорее за порог!

(На последних словах ведущий показывает детям игрушечного зайца).

**ВЕДУЩИЙ:**

-Ребята, понравились вам зверята? Тогда девочки представят себя зайками.

(Прыжки на месте, ручками показывают ушки).

-Мальчики представят себя хомячками.

(Трут кулачками щечки).

-А теперь всех вас я приглашаю отправиться в гости к зверятам, на лесную полянку!

-Вышли зайки и хомячки из домика, и пошли по лесной дорожке.

**(Ходьба в колонне по** **одному в обход по залу за воспитателем)**.

- Хорошо в лесу! Дует легкий ветерок.

(Остановиться).

**Дыхательное упражнение «Ветер»:** (Вдох через нос, выдох через рот).

-Ветер подул сильнее, деревья закачались!

(Далее инсценируют движения по тексту стихотворения)

Ветер тихо клен качает, вправо, влево наклоняет (наклоны)

1 – наклон, 2 – наклон, зашумел листвою клен!

-Зашумели деревья, наш зайка и хомячок испугались и побежали!

**(Легкий бег)**.

-Бежали они, бежали, а в речка! Что будем делать?

**РЕЧКА:**К речке быстрой мы спустились, наклонились и умылись,

1,2,3,4 – вот как славно освежились.

А теперь поплыли дружно: делать так руками нужно:

Вместе – раз, это брасс. Одной рукой – это кроль.

Все, как один, плывем, как дельфин.

-Вышли на берег и пошли дальше. Привела нас дорога к лесной полянке. А там – бабочек видимо-невидимо!

**БАБОЧКИ:**В поле бабочки летают, крылья пестрые мелькают.

1,2,3,4 – полетели, закружились! (Выполняют под музыку)

**ВЕДУЩИЙ:**

-Но вот впереди показались домики, где живут белочки (прыжки), мышки (пищать) и воробьи (прыжки).

-Все друг другу улыбнулись, поздоровались! А теперь все вместе поиграем!

**ПОДВИЖНАЯ ИГРА: (На полу раскладываются обручи по количеству, кратному двум)**

-Зайки, где вы пропадали?

-Мы в капусте отдыхали!

-А капусту вы не ели?

-Только носиком задели!

-Вас бы надо наказать!

-Так попробуй нас догнать!

(Убегают и прячутся в домики-обручи, по двое)

-Устали? Нужно отдохнуть. (Дети в произвольных позах размещаются на ковре, закрывают глаза, слушают музыку леса).

-Как хорошо в лесу! Но пора возвращаться в группу!

(Дети строятся в колонну по одному и уходят за воспитателем в группу)