**Здоровье в порядке, спасибо зарядке!**

**Цель:**

Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта.

**Ход НОД:**

Приходит кукла в спортивной одежде – тренер Гантелькин, показывает детям картинки с изображением разных видов спорта, уточняет, знают ли дети их название, задает вопросы:

- какие виды спорта нравятся и почему;

- каким видом хотели бы заниматься;

- какими видами можно заниматься зимой, летом.

Гантелькин объясняет, почему полезен каждый вид спорта вообще, и предлагает детям заниматься физкультурой:

Состязание, ребятки,

Мы начнем сейчас с зарядки!

Для чего нужна зарядка?

Это вовсе не загадка –

Чтобы силу развивать

И весь день не уставать!

Если кто-то от зарядки

Убегает без оглядки –

Он не станет нипочем

Настоящим силачом!

Каждый день у нас, ребятки,

Начинается с зарядки!

Руки в стороны и вниз,

Все присели, поднялись,

И девчонки, и мальчишки

Побежали все вприпрыжку!

Провели разминку ловко.

Приступаем к тренировке.

Выполняют упражнения с мячом:

1. Эстафета «Кто быстрее передаст мяч». Дети, стоя в две шеренги, передают мяч друг другу.
2. «Перебрось, поймай, упасть не давай!». Дети стоят в две шеренги друг против друга и перебрасывают мячи от одной команды к другой.
3. «Мыльные пузыри». Воспитатель пускает мыльные пузыри и предлагает детям поймать их.

Гантелькин предлагает еще позаниматься:

Чтобы сильным быть и ловким,

Продолжаем тренировку.

Выполняются знакомые упражнения с предметами. После упражнений Гантелькин предлагает поиграть:

Чур – чура, чур – чура,

Начинается игра.

Проводится подвижная игра по желанию детей.

Прощаясь, Гантелькин еще раз напоминает, что нужно заниматься физкультурой и спортом, чтобы быть сильными и здоровыми:

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом крепко дружим.

Спорт – здоровье, спорт – помощник,

Спорт – игра, физкульт – ура!

Гантелькин дарит детям спортивный инвентарь (мячи, скакалки и т.п.).