**Спортивный досуг «Быть здоровыми хотим» во второй младшей группе**

**Цель:**создание праздничного настроения

**Программное содержание:**

1. закрепление у детей знания о здоровом образе жизни;

2. развивать быстроту, прыгучесть, ловкость в игровой форме, совершенствование координации движений;

3. воспитывать организованность.

**Оборудование и инвентарь:** гимнастическая скамейка, дуга, колокольчики.

**Ход:**

*Дети входят в зал, шагают под марш, друг за другом, образуя круг.*

**Ведущий:**Сегодня у нас, ребята, праздник «День здоровья». Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким?

**Ответы детей:**нужно делать зарядку, принимать витамины, чистить зубы, закаляться.

**Ведущий:**Правильно, ребята.

Вместе с солнышком проснись,

На зарядку становись,

Будем бегать, и шагать,

И здоровье укреплять.

*Неожиданно появляется Простуда.*

**Простуда:***(Чихает, кашляет).*

Ой, я так спешила, бежала к вам.

**Ведущий:**Ребятки, вы знаете, кто к нам пришёл?

**Простуда:** Как не знаете?

Я Простуда.

И пришла я к вам оттуда.

(Показывает на окно, начинает громко чихать и кашлять)

Всех я кашлем заражу,

Всех я чихом награжу.

**Ведущий:** А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда.

Будем мы всегда здоровы!

Закаляться мы готовы,

И зарядку выполнять,

Бегать, прыгать и скакать.

***Дети выполняют зарядку под песню «Солнышко лучистое любит скакать».***

**Ведущий:**Ничего Простуда у тебя не получается. Видишь, наши детки, как делают зарядку. И болеть они не хотят.

**Простуда:** Я как подую на вас,

Как за….чихаю сейчас,

Всех болезнью заражу,

И микробами награжу.

**Ведущий:** Мы зарядку делали,

Прыгали и бегали.

Стали мы умелыми,

Сильными и смелыми.

Вставайте детки, мы покажем «Простуде» какие мы умелые, сильные и смелые.

***Игра «Ловишки из круга».***

Описание игры: дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка (Простуда) в центре круга. Дети двигаются по кругу и говорят:

Мы, веселые ребята, любим, бегать и скакать.

Ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три – лови!

Дети разбегаются, а ловишка их догоняет. Повторяется 3 раза.

**Простуда:**Не хочу я вас ловить! (топает ногами)

Не хочу я вас, дружков.

А хочу вас заразить,

И микробами наградить.

Будете в кроватках лежать,

И лекарство принимать.

**Ведущий:** Ничего у тебя «Простуда» не получится. Попробуй нас теперь найти.

***Игра «Жмурки с колокольчиками».***

Описание игры: у «Простуды» закрыты глаза. Дети с колокольчиками в руках разбегаются по залу. Дети, звеня колокольчиками, бегают, подбегая по очереди к «Простуде», она их пытается поймать, а они убегают.

**Простуда:** Ух, я устала.

**Ведущий:**А теперь посмотри, «Простуда», кто сильнее и ловчее? Ты, или наши ребята?

***Игра-упражнение «Кто ловкий?»***

*(дети проходят по гимнастической скамейке, спрыгивают, затем пролзают под дугой)*

**Простуда:**я тоже так могу. (Проходит по скамейке, пытается пролезть в «воротики», не получается).

Подумаешь (*кривляется*), а теперь покажите мне, что нужно делать, чтобы быть всегда чистыми и красивыми. Вот и не знаете и не умеете!

***Игра-имитация «Мы – чистюли».***

*Дети с помощью движений имитируют, как правильно приводить себя в порядок – умываются, моют руки, вытираются полотенцем, чистят зубы, расчёсываются и т. д.*

**Ведущий:** Видишь, Простуда, наши дети все умеют.Ребята, давайте прогоним простуду. Пусть уходит от нас вредина.

Ручками захлопаем, ножками затопаем.

Скажем вместе: раз, два, три,

Ты, простуда, уходи! («Простуда» убегает). Вот какие молодцы смогли прогнать Простуду.

Всё вы знаете и умеете. А витамины любите, тогда я вас яблоками угощу. Будьте всегда здоровы! *Дети, шагают под марш, друг за другом и уходят.*