



*Физкультурное развлечение по формированию
интереса к ЗОЖ*

«Путешествие в страну Небодеек»

Воспитатель: Дмитренко Н. Ю.

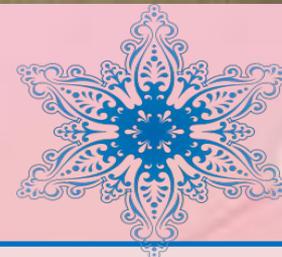


Задачи: научить детей действовать сплоченно одной командой, развивать быстроту, ловкость, силу, выносливость; прививать здоровый образ жизни; формировать интерес к ЗОЖ.

- Здравствуйте, ребяташки, девчонки и мальчишки! Предлагаю вам отправиться в веселое путешествие в страну Неболеек. Если вы не боитесь трудностей на своем пути, если готовы проявить ловкость, быстроту и смекалку, то садитесь в вагончики и отправляйтесь путешествовать.



*В паровозик мы играем
и вагончики цепляем.
Машинист гудок дает,
поезд движется вперед*



*Через реки и моря
едем в дальные края.
Чу-ка-чу-ка, чу-ка-чу-ка
Ка-чу-ка-чу-ка-чу.
Я качу куда хочу!*

Коррекционная ходьба

*Пока ехали на паровозике, смотрели в окно
и видели там:*

- гусей,*
- великанов;*
- гномиков;*
- снежинок.*



*Будем ноги поднимать,
Будем руки поднимать,
Раз-два-три-четыре-пять.
Выше поднимай коленки,
Не ленись на переменке.
И попрыгаем на месте –
ноги врозь и ноги вместе.*



1 станция «Разминкино»

Разминка «Две лягушки»

На болоте 2 лягушки,
2 зеленые квакушки,
утром рано
умывались,
полотенцем
растирались.
Ручками хлопали,
ножками топали.
Вправо-влево
наклонялись
и обратно
возвращались.
Вот здоровья в чем
секрет,
Всем друзьям:
Физкульт – привет!





2 станция «Полянка здоровья»

Полоса препятствий:

- «болото простуды»;
- «мостик Неболейки»;
- «пещера Ангины»;
- «гора температуры».

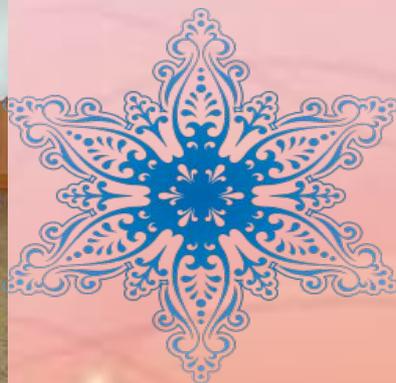






3 станция «Витаминная»

- Не только физкультура и спорт укрепляют наш организм, но и правильное питание. В овощах и фруктах содержится много витаминов, они очень полезны для нас. Сыграем в игру «Передай витаминку своему товарищу».





**Подвижная игра
«Прокати витаминку»**

*В огороде для Полины
Поспевают витамины.
Вот висят на каждой ветке
Разноцветные таблетки.*



4 станция «Дышалкино»



*Закрой глаза, представь звезду,
ту, на которой я сижу.
Ко мне ты ручку протяни
и глубоко вот так вздохни!*



Возвращаемся домой

*Тот, кто с солнышком встаёт, делает зарядку,
Чистит зубы по утрам и играет в прятки, —
Тот спортивный человек, и вполне весёлый.
Постарайся быть таким и в саду и дома.*

