**Поступаем в школу Мишки Топтыжки**

*Физкультурный досуг в младшей группе*

Цель: Учить заботиться о своем здоровье, формировать сознательное стремление быть здоровым.

Задачи: Развивать представление о ценности здоровья; формировать желание не болеть, быть здоровым, формировать первоначальные представления о полезной пище, пользе закаливания, побуждать отвечать на вопросы. Упражнять в ходьбе по скамье, подлезании под дугу, прыжках с продвижением вперед; развитие ловкости, равновесия, умения ориентироваться в пространстве. Воспитывать дружелюбие.

Оборудование: мячи, картинки полезной и вредной еды, скамья, палки 3 шт., дуги 2 шт., лестница, музыкальное сопровождение.

Ход досуга

В гости к детям приходит Мишка-Топтыжка.

Мишка: Здравствуйте, ребята! Я – Мишка-Топтыжка.

Я хозяин леса строгий, спать люблю в своей берлоге.

Я горжусь своей фигурой, занимаюсь физкультурой.

Когда-то я был толстым, любил вкусно поесть и поэтому часто болел. Однажды я долго болел, и доктор Айболит сказал мне, что если я не займусь физкультурой, то буду болеть еще больше. Тогда я решил стать спортсменом и начал заниматься физкультурой. Позднее я открыл в лесу школу для зверят, где учу зверей правилам правильного питания и физическим упражнениям. Приглашаю вас в лес, в мою лесную школу. Только дорога туда не простая, вы справитесь? Тогда становитесь за мной и в путь.

Выполняются различные виды ходьбы и бега:

- на носках, на пятках, на внешнем своде стопы;

- ходьба змейкой между кеглями, ползание на четвереньках;

- ходьба на ладонях и ступнях; прямой галоп, бег по кругу.

Мишка: Вот она моя лесная школа. Посмотрите, сколько разных пособий здесь. Берите мячики, будем выполнять упражнения с ними.

**ОРУ с мячами.**

Мишка: Ребята, кроме физических упражнений, надо правильно питаться. Скажите, вы знаете, какие продукты полезные, а какие вредные?

Дидактическое упражнение **«Полезная и вредная еда».**

*(Дети раскладывают картинки с едой в две группы, повторяют правило:* ***Овощи и фрукты – полезные продукты****).*

Мишка: А теперь продолжим нашу тренировку.

**ОВД:**

* Ходьба по скамье;
* Подлезание под дугу;
* Прыжки через линии;
* Ходьба по нижней рейке лесенки.

**Подвижная игра «У медведя во бору».**

**Игра «Собери шишки для Мишки»**

**Гимнастика для пальчиков «Весна».**

*Мишка хвалит детей и провожает их до группы.*