**Спортивное развлечение во 2 младшей и средней группе «Здоровей-ка»**

Ребята, чтобы быть **здоровыми** нужно больше двигаться, заниматься **спортом**, есть больше фруктов и овощей, и чаще улыбаться.

Сегодня, мы отправимся в страну "**Здоровейку**" на поезде.

Внимание, внимание, наш поезд прибывает на первую станцию *«Зарядкино»*.

Проводится знакомая зарядка под музыку. (С Капитаном крабом)

*(Дети продолжают путь к следующей станции)*.

Воспитатель: Ребята, вот мы и приехали на вторую остановку *«Цветик - СЕМИЦВЕТИК»*. Здесь мы с вами будем отгадывать загадки про полезные продукты питания. Каждый цвет своя загадка. Помните, что какой цвет лепестка, такого цвета и правильный ответ!

1. Круглый, красный, кисло-сладкий,

Можно съесть его нам с грядки,

Если же сорвать зелёным,

Будет он к зиме солёным.

Знают люди с давних пор,

Как прекрасен *(помидор)*.

2. С виду он как рыжий мяч,

Только вот не мчится вскачь.

В нём полезный витамин —

Это спелый. *(Апельсин)*

3. Вот такой он очень жёлтый

В Африке растёт всегда,

Обезьянкина еда. *(Банан)*

4. Я – и свежий, и соленый.

Весь пупырчатый, зеленый.

Не забудь меня, дружок,

Запасай **здоровье впрок**. *(огурец)*

5. Как гирлянды яркие,

Украшая сад,

Спелые и сладкие

Грозди в ряд висят.

Зреет, наряжается

В красочный наряд.

Каждый догадается

Это –. *(виноград)*

Воспитатель: Молодцы! Мы справились с вами с заданием и можем ехать дальше! Ребята опять строятся паровозиком под музыку.

Третья станция "Пройди по волшебной дорожке"

Ходьба по дорожке между кеглями сохраняя равновесие.

Четвертая станция "Препятствия"

Прыжки через обручи, сохраняя равновесие.

Какие вы ловкие, быстрые! Ну что поехали дальше?

Ребята опять строятся паровозиком под музыку, отправляются к следующей станции.

А вот и следующая станция *«Поймай микроба»*.

Задача ребят: выбрать 2-3 ребенка, которые будут играть *«микробов»*, остальные будут *«витаминами»*, которые встают в круг взявшись за руки и подняв их вверх. Под музыку *«микробы»* бегают сквозь круг. Как только музыка останавливается *«витаминки»* опускают руки. *«Микроб»* оказавшийся в круге превращается в *«витамин»* Задача *«витаминов»* поймать всех *«микробов»*.

Ребята, я очень довольна вами и мы возвращаемся в детский сад. Вам понравилось наше путешествие? Молодцы!