



Подготовила воспитатель
1 кв категории
Рамазанова Р.Г.

**Конспект спортивного развлечения с детьми 2-ой младшей группы на
тему: «Овощи и фрукты – полезные продукты»**

Цель: Способствовать воспитанию элементарных правил здорового образа жизни.

Задачи:

1. Способствовать закреплению знаний детей о витаминных качествах овощей и фруктов, об их значимости в жизни людей, необходимости применять их в питании взрослых, детей.
2. Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням

Оборудование: магнитофон, записи с детскими песнями, дидактическая игра «Найди свой овощ и фрукт», корзина с фруктами и овощами, обручи, тоннель, ребристая дорожка, мягкие модули.

Ход развлечения:

Воспитатель: - Ребята, к нам сегодня зайчик собирался прийти в гости. Но где, же он? Может быть, заблудился?

Зайчик:

- Здравствуйте! А вот и я!
Только болен я, друзья.
У меня усталый вид,
Очень голова болит.
Ломит спину, колет бок,
Нужен врач, он мне б помог.

Воспитатель:

- Хватит охать и реветь,
Стыдно зайчику болеть.
Приходи к нам в детский сад,
Здесь узнаешь от ребят:
Как здоровым, сильным быть,
Как без грусти день прожить.
Правда, дети, мы ведь сможем?

-Ребята, как вы думаете, мы сможем помочь вылечить Зайку. Конечно же, нам в этом помогут ВИТАМИНЫ. Витамины помогают детям и взрослым быть здоровыми и крепкими. Одни витамины помогают детям расти, а другие - глазам хорошо видеть. А ещё есть витамины от болезней. Если

ребёнок получает эти витамины мало, то он часто болеет, теряет аппетит и плохо растёт. Особенно богаты витаминами это фрукты и овощи. Назовите фрукты и овощи, которые вы знаете и любите? А чтобы поправиться сделай, зайка, с нами витаминную зарядку.

Витаминная зарядка

-ПЕЙТЕ ВСЕ ТОМАТНЫЙ СОК, -И. п. раз, два, три, четыре- Ходьба на месте.

-КУШАЙТЕ МОРКОВКУ. -И. п. раз, два, три, четыре -руки к плечам, руки вверх.

-ВСЕ РЕБЯТА БУДЕТЕ - И. п. руки на пояс раз, два, три, четыре – КРЕПКИМИ И ЛОВКИМИ-И. п. руки на пояс раз, два, три, четыре- приседания.

–ГРИПП, АНГИНУ, СКАРЛАТИНУ - И. п. руки на пояс раз, два, три, четыре –прыжки

-ВСЕ ПРОГОНЯТ ВИТАМИНЫ-И. п. о. п. раз, два, три, четыре - ходьба на месте.

Воспитатель: - Если ты, Зайка, будешь употреблять витаминные продукты, то обязательно поправишься быстро.

Зайка: - А, наши ребята знают все овощи и фрукты?

Ответы детей

Воспитатель: - Ребята, а давайте покажем и расскажем Зайке, где растут овощи и фрукты.

Но для того чтобы попасть в огород нам нужно пройти по дорожке препятствий.

Перепрыгнем лужи, пройдем по мостику и перешагнем через кочки.

Игра «Идём в огород»

Дети проходят по дорожке препятствий, берут одному овощу и возвращаются назад.

Дидактическая игра «Найди свой овощ на картинке»

Дети идут к столу и берут нужную им картинку.

Ребята, давайте покажем Зайке, как мы готовим витаминный салат

Пальчиковая гимнастика «Мы капусту рубим, рубим»

Воспитатель: Молодцы ребята, а теперь мы отправимся в сад за фруктами, но для этого нужно пройти через тоннель.

Игра « В сад за фруктами»

Дидактическая игра «Найди свой фрукт на картинке»

Дети идут к столу и берут нужную им картинку.

Зайка: - Я понял,

Чтоб здоровым, сильным быть -

Надо фрукты, овощи любить.

Все без исключенья –

В этом нет сомненья!

У меня ребята есть вот такая вкусная морковка, и я хочу вас ей угостить.

Воспитатель: Спасибо тебе зайчик. Ребята мы сможем сейчас же съесть эту вкусную морковку? *Ответы детей*

Воспитатель: Правильно ребята, перед тем как съесть фрукт или овощ их нужно помыть.

Игра « Помоем фрукты и овощи»

Зайка: - Теперь я знаю, что нужно делать, чтобы быть сильным, крепким и здоровым. Нужно питаться овощами и фруктами, чтобы быть здоровыми, красивыми, умными.

Воспитатель: - Да, да, и еще не забывайте мыть руки, овощи и фрукты перед едой!

Зайка: - Ребята, вы мне помогли урожай собирать, вылечили меня и за это теперь я угощу вас витаминными подарка