**Физкультурный досуг**

**во второй младшей группе**

**«Космическое путешествие»**

Цели: развивать потребность в движениях, в здоровом образе жизни; закрепить в игровой форме навыки выполнения физических упражнений: бег, ходьба, прыжки, спрыгивание с небольшой высоты; вызвать у детей положительный эмоциональный настрой; продолжать воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение друг к другу.

Оборудование: гимнастическая скамейка, обручи, дуги, туннель.

**Ход досуга:**

-Мы живем на планете Земля. Она - наш дом. Но сегодня мы с вами полетим вкосмос, на планету *«Будь здоров!»*

Кто из вас хочет стать космонавтом и полететь в космос? Но для этого надо быть здоровым, сильным, ловким, хорошо кушать. Вы готовы к этому?

Внимание! Внимание! Маленьким космонавтам приготовиться к тренировке.

*«Мы топаем ногами»*.

Мы топаем ногам - топ, топ, топ,

*(ходьба на месте)*

Мы хлопаем руками - хлоп, хлоп, хлоп,

*(хлопки в ладоши)*

Качаем головой

*(наклоны головы вправо, влево)*

Мы руки поднимаем,

*(руки вверх)*

Мы руки опускаем

*(руки вниз)*

Мы руки разведем

*(руки в стороны)*

И побежим кругом

*(бег)*.

- Вы ловкие ребята. Сделали разминку и теперь готовы для полета в космос. Сели поудобней, закрыли глазки.

До вылета осталось 5 секунд.

Начинаем обратный отсчет 5, 4, 3, 2, 1… пуск!

Мы прилетели с вами на планету *«Будь здоров!»*

Инопланетянин: Здравствуйте, ребята! Меня зовут Здоровячок. Вы прилетели на планету *«Будь здоров!»* Вас ждет много препятствий, вы должны быть сильными, ловкими. И сейчас я это проверю.

Игровые упражнения:

1. Пролезь через туннель.

2. Прыжки с кочки на кочку *(из обруча в обруч)*.

3. Пройдите по узенькой дорожке *(ходьба по скамейке с расставленными в сторону руками)*.

– Молодцы! А сейчас поиграем.

П / игра *«Поймай воздушный шар»* (дети в кругу, воспитатель подбрасывает шар, стараясь достать до него. Затем воспитатель берет шар за нитку и предлагает детям догнать его. Ходьба).

Динамические упражнения:

*«Слушай, что нужно делать»* (дети стоят на одной стороне зала, воспитатель на противоположной стороне):

– подойдите ко мне,

–припрыгайте ко мне

–приползите ко мне,

– бегом ко мне.

П/игра *«Самолеты»* *(дети бегают по залу врассыпную, не наталкиваясь друг на друга)*.

– Молодцы! Справились со всеми заданиями *(дети садятся на стульчики)*.

– Внимание! Внимание! Маленькие космонавты возвращаются на Землю.

– Наш друг Здоровячок передал вам маленькие сувениры - звездочки с планеты *«Будь здоров!»*