**«Мы растём здоровыми»**

**(для детей 2-3 лет)**

***Задачи:*** учить выполнять движения по показу воспитателя, учить прыгать на двух ногах и перепрыгивать через препятствие, учить ходить и бегать по кругу, развивать ловкость, быстроту.

***Материалы****:*ребристая дорожка, шнуры, корзинка с грибами, игрушка белка, карусель, флажки.

**Ход**

   Дети входят в зал и садятся на свои места. Воспитатель предлагает им совершить прогулку в лес «на поезде». Малыши занимают места «в вагонах» (стоят за воспитателем). Кондуктор дает свисток и поезд отправляется. Звучит песня «Мы едем, едем, едем...»

*Воспитатель:* Дети. Мы приехали в лес. Здесь есть весёлая полянка, но чтобы до нее добраться, нужно перейти болото, а потом перепрыгнуть через ручеек! Давайте сделаем зарядку, вы станете ловкими, смелыми и мы быстрее доберемся до веселой полянки.

Дети встают в круг и по показу воспитателя выполняют комплекс упражнений.

1. Ходьба, бег. Встать в круг
2. Поднимание и опускание рук через стороны
3. Наклоны
4. Приседания
5. Прыжки
6. Медленная ходьба

*Воспитатель:* А теперь пойдемте на полянку. Осторожно здесь болото! Нужно пройти его так, чтобы не замочить ноги!

**Проводится игра «По узенькой дорожке»**

(ходьбы по извилистой и ребристой дорожке).

*Воспитатель:* Молодцы! Никто не замочил ноги? Теперь попробуем перейди через ручеек.

**Игра «Перепрыгни через ручеек»** (ширина 20 см).

*Воспитатель:* А вот и веселая полянка. Посмотрите, как здесь красиво и солнышко нам улыбается. Ой, а кто там прячется? Да ведь это белочка-маленькая, пушистая. И не прячется она, а собирает грибы. Посмотрим, как много грибочков выросло на полянке, давайте поможем белочке?

**Проводится игра «Собери грибы».**

Корзинку с грибами оставляем возле белочки.

*Воспитатель:*Молодцы, ребята, как много грибов собрали! Белочка вам говорит спасибо. А какая красивая, большая карусель ждет нас на лесной полянке. Сейчас мы покатаемся.

**Игра «Карусель»**

Играющие становятся в круг, берутся за руки. Медленно начинают движение, идут по кругу, произнося соответствующий текст. Затем шаг ускоряется, переходя в бег. На слова «тише, тише» движение замедляется, переходя к спокойному шагу играющие останавливаются.

*Еле, еле, еле, еле,
Закружились карусели,
А потом, кру-гом, кру-гом,
Все бегом, бегом, бегом.*

*Тише, тише, не спешите!
Карусель остановите!
Раз-два, раз-два,
Вот и кончилась игра!*

*Воспитатель:* Ой, ребята, а нам уже нужно возвращаться! Садитесь скорей на паровозик!

Подвижная игра «Паровоз»