**Досуг во второй младшей группе с использованием здоровьесберегающих технологий.**

*Автор: Малютина Алина Сергеевна*

*ГБДОУ детский сад 78 Приморского района города Санкт-Петербурга*

**«Путешествие в сказку»**

Ребята у нас сегодня не обычный день. А это что тут такое? Ребята, посмотрите, здесь домик стоит. Домик какой? (красивый, маленький) Ой, а кто в домике живёт?

**Появляются из домика дедушка и бабушка.**

**Воспитатель:** Кто это? Дедушка и бабушка грустные, они плачут. Почему вы плачете?

**Дед:** Испекла мне бабушка колобок красивый да румяный, положила его на окошко, а колобок от нас убежал. И мы не можем его найти.

**Воспитатель**: Не плачьте, дедушка и бабушка, мы вам поможем отыскать колобка. Ребята, поможем? Спасибо вам ребята.

**Идут по узенькой тропинке (на полу натянута верёвка)**

Дружно, вместе мы идем (идут приставным шагом)

По дорожке гулять

Где гуляет колобок

Мы хотим узнать

Мы ещё чуть-чуть пройдём

До полянки мы дойдём.

Появляется Зайчик.

**Воспитатель**: Кто это к нам пришел? *(Зайчик)*

**Воспитатель**: Зайчик, а ты почему грустный?

**Зайчик**: Встретил я в лесу колобка, хотел с ним поиграть, а он от меня убежал.

**Воспитатель**: Не плачь, зайчик, мы с тобой поиграем. Поиграем с зайкой? Какие у зайки ушки? *(Длинные)*

**Воспитатель:** А хвостик у зайчика какой? *(Короткий)*

**Воспитатель**: А давайте играть!

**«Жили-были зайчики» (игра для детей 3–5 лет)**

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения.

Жили-были зайчики *(Показывают руками заячьи ушки.)*

На лесной опушке, *(Разводят руками.)*

Жили-были зайчики *(Приседают и показывают руками над головой крышу дома.)*

В маленькой избушке.

Мыли свои ушки, *(Трут ушки.)*

Мыли свои лапочки *(Поглаживающие движения рук.)*

Наряжались зайчики, *(Руки на пояс, повороты вправо-влево.)*

Надевали тапочки. *(Поочередно выставляют ноги на пяточки.)*

До свидания зайка, нам пора в путь.

Перешагиваем кочки (мягкие модули)

Мы по кочкам не пойдем

А иначе упадём

Аккуратно мы идём

До лужайки мы дойдём

Появляется Волк.

**Воспитатель**: Кто пришел к нам? *(волк)*. Серый волк… *(зубами щелк)*. Волк какой? *(серый, большой)*

**Волк:** Я тоже видел колобка в лесу, я за ним бежал, хотел с ним поиграть, а он от меня убежал, так набегался еле дышу. **Воспитатель:** А мы тебе поможем востановить дыхание и поиграем. Покажем тебе, как надуваем воздушные шарики. Покажем?

**Упражнение *«Воздушные шарики»***

С мамой в магазин ходили, *(Идут по кругу.)*

Шар воздушный там купили. *(Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держатся за руки, выполняют «пружинку».)*

Будем шарик надувать. Будем с шариком играть.

Шар воздушный, надувайся, *(Идут назад, расширяя круг, маленькими шагами – надувают шар.)*

Шар воздушный, раздувайся. Надувайся большой *(Хлопают в ладоши.)*

Да не лопайся! Шар воздушный улетел, *(Поднимают руки вверх, покачивают ими из стороны в сторону.)*

Да за дерево задел. *(Ставят руки на пояс, медленно приседают, произнося: «Ш-ш-ш-ш».)*

Воздух вышел, лопнул шарик, стал он тонкий и худой.

Надуваем быстро шарик, он становится большой.

Воздух вышел, лопнул шарик, стал он тонкий и худой. Какой стал шарик?

**Дети:** Тонкий, худой. *(Дети дуют на руки, разводят в стороны, соединяют вместе.)*

**Воспитатель**: Пойдем по дорожке искать колобка.

**Музыкально-игровая гимнастика**

Шли по узенькой дорожке наши маленькие ножки,

Руки тоже помогали, все махали да махали.

Остановка. Сели. Встали. Снова дружно зашагали.

Хлынул ливень, грянул гром. Мы на цыпочках идем.

Отряхнули руки, ноги, не устали мы с дороги.

**Воспитатель**: Ой, какое яркое солнышко выглянуло на небе! Давайте с ним поиграем.

**Гимнастика для глаз: *«Солнышко»***

Солнышко вставало, солнышко тучки считало.

Посмотрело вверх, посмотрело вниз,

Вправо, влево, глазками поморгало

И закрыло глазки, не хочется солнышку просыпаться!

Но просыпаться надо.

Солнышко проснулось, к щёчкам прикоснулось.

*(Дети гладят себя по щекам)*.

Лучиками провело и погладило, и погладило.

*(Дети гладят себя по голове)*.

**Появляется Медведь.**

**Воспитатель:** Кого это мы встретили? *(Медведя)*

**Воспитатель**: Медведь какой? *(Большой, косолапый)*

**Медведь**: Я хотел угостить колобка вареньем, а он от меня убежал.

**Воспитатель:** Мы тоже любим сладкое варенье. Покажем Мишке, как мы любим варенье?

**Артикуляционное упражнение *«Вкусное варенье»***

Дети облизывают языком верхнюю и нижнюю губу.

До свидания, медведь.

**Медведь:** До свидания мне пора к маме.

**Появляется Лиса.**

**Воспитатель**: Кто к нам пришел? *(Лиса)*

**Воспитатель**: Лиса какая? *(Рыжая, хитрая)*

**Воспитатель**: А хвост у лисы какой? *(Длинный, пушистый)*

Не видала ли ты лиса, колобка?

**Лиса:** Видела я колобка, хотела к нему подойти, а он прыг на дорожку, и укатился.

**Воспитатель:** Спасибо тебе Лиса, пойдем мы за колобком, деду и бабушке вернём. Пойдемте по дорожке.

Раз – два – три – четыре – пять –

В лес отправимся гулять. *(Обычная ходьба)*

По извилистым тропинкам потихоньку мы пойдем. (Ходьба «змейкой”).

Может быть, и под листочком

Сладкую ягоду найдем.

На носочки дети встали, по дорожкам побежали. *(Бег на носках)*

И на каблучках пойдем,

Через лужи перейдем. *(Ходьба на пятках)*.

Отдохнули, вот и славно.

Поговорим теперь о главном.

**Дети проходят по массажным коврикам и останавливаются у стола с корзинкой, в которой лежат мячики.**

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, прикатился колобок домой, и привел с собой друзей – ежиков. Давайте возьмем их в руки, и посмотрим, какие они маленькие и круглые, покатаем их между ладонями.

**Самомассаж *«Ежик»***

Катится колючий ёжик, *(катать мячик)*

Нет ни головы, ни ножек,

Мне по пальчикам *(по ножкам-ручкам вниз/по спинке вверх)* бежит

И пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегает туда-сюда,

Мне щекотно, да, да, да!

Уходи, колючий ёж,

В тёмный лес, где ты живёшь!

А тебе колобок пора домой, а то бабушка с дедушкой тебя заждались, да и нам пора возвращаться.

Дед: Вот спасибо вам ребята, выручили старика

Кушайте ребятки, витамины с грядки.

**Воспитатель:** Колобок вернулся домой, теперь дедушка и бабушка не будут плакать и скучать. А чтобы им жилось еще веселее, мы сейчас пойдем к себе домой и слепим и угостим их вкусными конфетками. Пойдем ребята, нам пора.

В группе дети садятся за столы и лепят *«конфеты»* *(катают шарики)* и отправляют угощение бабушке и дедушке.