

Физкультурный досуг
«Зимнее приключение»

Цель: Упражнять в выполнении общеразвивающих упражнений (ходьбе, беге, ползании, подлезании, метании). Развивать ловкость, внимание, быстроту реакции, координацию движений. Доставить детям радость от игры с персонажами.

Средства:

- елка;
- стойки;
- шнуры;
- костюмы зайца, волка;
- колокольчик;
- снежки в корзине.

Ход досуга

Под веселую музыку в зал входят дети

Воспитатель:

Пролетала здесь сорока

Принесла с собою весть

Что в лесу далеком елка

Разукрашенная есть.

Поспешим туда, друзья

Нам опаздывать нельзя.

(Дети идут по кругу друг за другом)

Вот сугробы-

Высоко колени поднимаем.

(Высоко поднимают колени, держа руки на поясе)

По дорожке ледяной

Не спеша шагаем

(Идут на носочках, руки подняты вверх)

Чтобы в снег не провалиться

Мы должны поторопиться

(Бегут в рассыпную)

Лыжи на ноги наденем

И по снегу мы поедем

(приседают на полусогнутые ноги, имитируя движения лыжника)

Мы деревья обойдем,
снег с их веток не стряхнем.

(бегут змейкой, огибая расставленные стойки)

На заснеженной поляне
Ель нарядную найдем.

Воспитатель ставит в центр зала елку, украшенную игрушками.
Выполняются общеразвивающие упражнения. (Звучит медленная тихая спокойная музыка).

Фонарики.

На полянке елка стройная стоит
И огнями яркими весело блестит

И.п.: соя руки за спиной. 1-4-вращая кистями, поднять руки через стороны вверх, подняться на носки.5-8-вернуться в исходное положение.(4 раза)

Снег.

На пушистых ветках
Белый снег лежит
Ветерок подует
И снежок слетит.

И.п.: сидя на пятках руки опущены
1-всать на колени, поднять руки вверх, посмотреть на кисти;
2-4 медленно сесть на пятки, руки опустить.(4 раза)

Колкие иголки.

Что растет на елке?
Колкие иголки.

И.п.: сидя, ноги вытянуть, руки в упоре сзади.
1-2-носком правой ноги коснуться пола справа и слева от колена левой ноги;
3-4-то же левой ногой (по 4 раза)

Воспитатель: Ребята, а на какой праздник приходила к нам наряженная елка.

Дети: На новый год!

Воспитатель: правильно, а где живет елка? А кто еще живет в лесу?

Дети: Волки, медведи, зайцы.

Стук в дверь входит Зайчик. (Ребенок старшего возраста в шапочке зайца).
Проводится подвижная игра «Зайка к детям прискакал» («Ребенок в детском саду №6, 2007г, стр.55).

Воспитатель: Спасибо зайчик, до свидания. Ребятки, зайчик поскакал в свой лес, а сейчас, ребята, у меня есть волшебный колокольчик «Колокольчик, позвени деток в мишек преврати», дети ходят как мишки. «Колокольчик, позвени деток в заек преврати».

Звучит музыка. Вбегает Волк (роль исполняет школьник).

Волк.

Ох, и холодно мне!

Ох, и голодно мне!

Зайцем пахнет на опушке,

Здесь расставляю я ловушки.

Я у ёлки полежу-

Глупых зайцев выслежу!

Не сработают ловушки-

Я поймаю их за ушки.

Переносит ёлку к центральной стене. Ставит стойки с натянутым на высоте 40 см шнуром.

Выполняется основной вид движений подлезание под шнур.

Волк. Какие они ловкие и осторожные. Не одного зайца не поймал.

Воспитатель. Так и хочет волк поймать зайцев. А ну, давайте его прогоним, берите снежки, бросайте в волка.

Волк бросает снежки в детей, в конце убегает.

Воспитатель. А сейчас пойдём по дорожке домой.

Выполняется основной вид движений ходьба и бег между двумя линиями. (расстояние 25 см). (Пензулаева стр, 38).

Воспитатель. Молодцы мои ребятки!

Ловкие, умелые

Дружные и смелые!

Все вы постарались детки.

Получайте по конфетке.