**Физкультурный досуг «ПРЕВРАЩЕНИЕ БУМАЖНОГО ЛИСТОЧКА»**

Программное содержание:

Совершенствовать навык метания на дальность, способствовать силе рук, развивать глазомер, ходьба змейкой , перешагивание. Содействовать развитию ловкости, быстроты, координации движений, совершенствовать навыки сотрудничества детей друг с другом. Познакомить  детей  со свойством бумаги, умение использовать лист бумаги в необычных ситуациях. Вызвать у детей интерес к выполнению физических упражнений с нетрадиционным предметом – листом бумаги. Доставить радость от выполнения занимательных физических упражнений.

Оборудование: музыкальное сопровождение, фонограммы, листы цветной бумаги, листы белой бумаги по количеству детей, волк, кустики, лягушка, петушок, курица, цыплята ,утка, утята, болото.

**Ход  занятия**

***Дети в спортивной форме входят в зал.***

**Воспитатель.** - Ребята сегодня мы отправимся в необычное сказочное путешествие. Я загадаю вам загадку, а вы отгадаете, в какую сказку мы с вами отправимся сегодня.

Перед волком не дрожал,

От медведя убежал,

А лисице на зубок

Все ж попался … (колобок)

Правильно, колобок. Вот он веселый колобок, смелых, ловких, умных и умелых он возьмет в сказочное путешествие!

***(Воспитатель надевает маску колобка)***

**Воспитатель.**   - Чтобы путешествовать было не скучно, поиграем в игру «Лесные жители». Вспомним, кто живёт в лесу.

**Музыкальная разминка**

|  |  |
| --- | --- |
| **Добрый лес, старый лес** |  |
| **Полный сказочных чудес** | **Широко развести руки в стороны** |
| **Мы идем гулять сейчас** | **Повороты вправо-влево с вытянутыми руками. Ходьба .** |
| **Ждут нас на опушке** | **Присесть.**  |
| **Птички и зверушки** | **Медленно встать, руки вытянуть.** |
| **Тут веселые зайчата –****Длинноухие ребята.****Прыг да скок, прыг да скок,****Через поле, за лесок** | **Прыжки. Ладони прижаты к голове, изображая ушки зайца.** |
| **Шел по лесу серый волк.****Страшный волк – серый бок!****Он крадется за кустами,****Грозно щелкая зубами!** | **Ноги на ширине плеч. Прыжки с продвижением вперед.** |
| **А за волком шел медведь****Да как начал он реветь****«У- у- у! Я вразвалочку иду!»** | **Руки полусогнуты в локтях****Ноги на ширине плеч. Переступание с ноги на ногу, раскачивание.** |
| **В воздухе над лужицей****Стрекозы кружатся.****Взлетают и садятся,****На солнышке резвятся** | **Бег чередуется с остановками, во время остановки присесть.** |
| **Птички в гнездышках проснулись,****Улыбнулись, встрепенулись,****Понеслись под облака****Все им видно свысока!** | **Легкий бег врассыпную, дети, изображая птичек, «машут крыльями****Руки сзади, ладонями друг к другу, легко прыгают** |

**Воспитатель. -** Сколько же различных лесных жителей  мы с вами повстречали в лесу и сами не заметили как вышли на опушку леса. Ой смотрите что это? **(сверху опускается бумажный самолёт с надписью** **«Бабушка, которая испекла колобок,приглашает нас к себе в гости».Воспитатель читает в слух).**Ребята нам пора отправляться в дорогу, давайте возьмём с собой наши необычные листочки и в путь **(воспитатель подходит к столу ,где лежат белые листы бумаги и раздаёт по одному листочку детям)**.Скорее ребята, начинается дождь, нам нужно  добраться до бабушкиного дома, под дождём мы можем намокнуть и заболеть**.(Воспитатель загадывает загадку**).

Чтоб не мокнуть под дождём,

Крышу мы с собой возьмём.

Кнопка нажимается.

Крыша раскрывается…

Дети.  Зонтик !

**Воспитатель.** - Правильно! Но у нас с вами зонта нет. Как же быть? Зато у каждого из вас в руках есть листочек бумаги не простой, а волшебный. Давайте превратим его в зонтик , будем держать обеими руками над головой. Смотрите, впереди дорожка вьётся среди кустарников, давайте пойдём по ней друг за другом, а чтобы не промочить ноги поднимитесь  на носочки.

***(идут «змейкой» между кустиками)***

**Воспитатель.** - Ребята посмотрите вокруг,  наша тропинка закончилась и мы вышли к болоту. А кто живёт в болоте, отгадайте загадку**. ( Воспитатель загадывает загадку).**

По ровненькой дорожке

Мокрые, зелёные.

Скачут, вытянувши ножки

**Дети.** -Лягушка!

**Пока дети отгадывают загадку, взрослый на заранее приготовленное болото ставит фигуру лягушки.**

**Воспитатель.** - Правильно! А вот и сама болотная хозяйка. Здравствуй лягушка , может быть ,ты нам подскажешь, как через болото перейти?

**Лягушка**. Здравствуйте ребята , давненько ко мне в гости никто не захаживал, помогу чем смогу , только сначала поиграйте со мной .

**Проводится игра «Лягушки». Все дети- лягушки они выполняют движения в соответствии с текстом.**

Вот по ровненькой дорожке

Скачут , вытянувши ножки.

Ква - ква –ква , ква –ква –ква,

Скачут , вытянувши ножки.           Прыгают вперёд на двух ногах.

Вот из лужицы на кочку,

Да за мушкою вприскочку

Ква –ква - ква, ква –ква- ква ,

Да за мушкою вприскочку.          Влезают на скамейки.

Есть им больше неохота,

Прыг опять в своё болото.             Спрыгивают вниз.

**Правила игры: выполнять прыжки, отталкиваясь одновременно двумя ногами; спрыгивать мягко; уметь занять свободное место на скамейке.**

**Лягушка.** - Какие вы ловкие, да шустрые, спасибо, что поиграли со мной, скуку мою разогнали. А чтобы перейти болото, вам нужно сделать переправу. А помогут в этом ваши дощечки - листочки, положите их друг за другом и перейдёте на другую сторону. **( дети выполняют).**

**Воспитатель -** Посмотрите что там вдалеке ,ничего не видно. Давайте сделаем из наших листочков подзорную трубу и увидим далеко- далеко.

**Дети сворачивают листы в трубочки и смотрят в них . Взрослый ставит фигуру волка.**

**Воспитатель -** Кто там?

 Кто зимой холодной

Ходит злой , голодный?

**Дети**  - Волк!

**Волк**    - Под кустами я рыщу,

Колобочка я ищу,

Каждый шорох слушаю,                                                                        Я Ой, поймаю, скушаю!

**Воспитатель -** Ребята, давайте прогоним волка, и превратим наши листочки в камушки. Как это сделать? Надо смять их в комочки. Вот так **(воспитатель показывает, дети смотрят и повторяют за ним)**

 Эй, охотники ,тревога!

Серый волк здесь на дороге!

Камушки скорей хватайте!

Прямо в волка попадайте!

**Проводится игра «Метание комочков» -с 2- 2.5 м.После каждого метания по сигналу «Возьмите камни»      дети берут комочки и игра повторяется.**

**Воспитатель -** Волк испугался и убежал. Вот и бабушкин дом. А где же сама бабушка? Давайте позовём её: «Бабушка а - у – у-у!».

**Дети три раза зовут бабушку. Входит бабушка (переодетый воспитатель).**

**Бабушка-**  Здравствуйте, дети! Вы, наверное, получили моё письмо и решили прийти ко мне в гости?

**Дети-**  Да.

**Бабушка -** Ну, раз так, тогда поймёте, я загадаю вам загадки, а вы,  отгадаете, кто же у меня во дворе живет, и поможете мне с хозяйством управиться.

Кто раньше всех встаёт

И «ку-ка-ре-ку» поёт?

(Петух)

Квохчет, квохчет,

Детей созывает,

Всех под крыло к себе собирает.

(Курица, цыплята)

По траве он важно ходит,

Из воды сухим выходит,

Носит красные ботинки,

Дарит мягкие перинки.

(Гусь)

**Бабушка** - Вот сколько у меня птиц, только мне их совсем нечем кормить. Представьте что ваши комочки – это горбушки хлеба. Отщипывайте от них корки и бросайте птицам.

**Дети рвут бумажные комочки на мелкие части и разбрасывают по залу.**

**Воспитатель** -Весь хлеб мы скормили птицам они теперь  сытые и хотят танцевать.

***Музыкальная пауза***

**Бабушка -** Ой пока вы танцевали налетел сильный ветер и  принёс с собою много мусора, посмотрите, как грязно, помогите мне мусор собрать. **(Дети собирают бумажки в ёмкости ,которые бабушка расставляет по залу)**.Спасибо, вам , мои хорошие. Уже темнеет и вам пора домой. Кроме птиц  у меня есть ещё лошадки. Садитесь на них верхом, и они быстро домчат вас до детского сада, чтобы вы не потерялись в темноте.

Стали, дети, вы большие!

Во – о – такие! (тянет руки вверх)

Умные, послушные…

И совсем не скучные!

Дальше умнейте, растите…

В старшую группу идите!

Счастливого пути!

**Дети прощаются с бабушкой, строятся в колонну по одному и идут, высоко поднимая колени, цокая языком, по залу один круг. Выходят из зала**

**Физкультурный досуг в средней группе «Мой веселый, звонкий мяч»**

 Декабрь 20, 2016



***Воспитатель Филипченко Я.С.***

**Цель**: Закрепить навыки владения мячом.

Совершенствовать  двигательные навыки в  играх-эстафетах. Оборудование: мячи разных размеров, обручи, корзины.

**Ход досуга:**

**Воспитатель**: Ребята, сегодня мы с вами будем играть с одним удивительным предметом, без которого не обходится  ни один ребенок. А что это за предмет вы сможете узнать отгадав загадку:

                                  Он лежать не хочет

                                  Если бросить, он подскочит,

                                  Чуть ударишь, сразу вскачь

                                  Ну конечно — это….мяч

**Воспитатель**: Правильно, это мяч. Мячи бывают разные. Назовите, какие бывают мячи  (ответы детей)

Да, мячи бывают большие и маленькие, резиновые и кожаные. для игр в воде и на земле. Мячи должны быть накаченными, упругими. Давайте для начала мы их накачаем.

Проводится дыхательная гимнастика «Насосы»

И.п. — встать прямо, руки опустить вниз к полу, слегка округлив спину, ноги чуть уже ширины плеч, голову опустить, шею не тянуть и не напрягать.  Сделать короткий шумный вдох носом. Слегка приподняться, но не выпрямляться и снова сделать наклон с коротким, шумным  выдохом ртом.

**Воспитатель**: Сегодня мы будем играть с различными мячами, но сначала надо размяться.

Построение детей в шеренгу, проверка осанки и равнения,  перестроение  в колонну по одному, ходьба, бег.

Общеразвивающие упражнения с мячом.

1 И п..- стоя, ноги на ширине плеч, мяч в обоих руках внизу. Поднять мяч вперед, вверх, посмотреть  на него, опустить вперед -вниз, вернуться в исходное положение (5-6 раз)

2 И.п.- сидя на пятках, мяч в обеих руках перед собой. Подняться в стойку на коленях, мяч вверх, вернуться в и.п. (6 раз)

3 И.п.- сидя на пятках, мяч в обеих руках перед собой. Прокатить мяч вправо-(влево) вокруг себя, толкая мяч руками (по 3 раза в обе стороны)

4.И.п.-стоя, ноги слегка расставлены, мяч на полу. Прыжки на двух            ногах вокруг мяча в чередовании с ходьбой (по 3 раза)

Дети перестраиваются в две колонны. Капитаны команд при помощи считалки определяют очередность.

                            В мяч собрались поиграть

                            Ну, кому же начинать?

                            Раз, два, три  — начинаешь ты!

Проводятся игровые эстафеты с мячом.

**Эстафета «Поменяй мячи местами»**

**Указания к проведению**: Бежать с большим мячом до обруча, в котором лежит маленький мяч, поменять мячи местами; следующий ребенок меняет маленький мяч на большой.

Эстафета «Передай мяч»

**Указания к проведению:** Дети стоят в двух шеренгах. Капитаны команд передают мяч между расставленными ногами игроков назад, последний ребенок каждой команды бежит с мячом вдоль колонны вперед встает вначале  колонны и так же передает мяч.

 **Воспитатель**:   Мы с мячом  поиграем

                          И друг другу покатаем!

**Игровое упражнение «Прокати мяч»**

Указания к проведению: Дети садятся на пол в круг и сначала по указанию  воспитателя, а затем и по желанию перекатывают мяч от одного ребенка к другому.

**Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч»**

**Описание**: Воспитатель  становится перед детьми на некотором расстоянии и выполняет упражнения с мячом; он показывает детям, как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой и при этом приговаривает:

                     Мой веселый звонкий мяч,

                     Ты куда помчался вскачь?

                     Красный, желтый, голубой,

                     Не угнаться за тобой!

**Игровое упражнение «Собери мячи в корзину»**Дети по команде собирают  мячи в корзину.

**Воспитатель**: Закончился праздник, но проигравших нет. Все мы стремимся к победе, хотим быть сильными и здоровыми!

**1.Эстафета «Извилистый бег».**

Спортивное оборудование: кегли. Исходная позиция команды: в колонну по одному.

Правила эстафеты: по команде ведущего участники по очереди бегут по заданной дистанции, оббегая змейкой кегли туда и обратно. Победившей считается команда, первой справившейся с заданием.

**2. Эстафета «Пройди и не урони»**

Двое детей, стоя, лицом друг к другу, без помощи рук зажимают шар между грудью и стараются пройти до кегли и вернуться обратно.

**3. Эстафета "Бег с тремя мячами"**

На линии старта первый участник берёт удобным образом 3 мяча. По сигналу бежит с ними до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой. Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимает их, возвращается с ними назад к команде и, не добегая 1 метра, кладёт их на землю.

**4. Эстафета «Перенеси воду».**

Необходимо перенести воду из ведра в таз, с помощью стаканчика, при этом перепрыгивая через обручи.

**5. Эстафета «Переправа».** Добежать до кегли; продеть через себя обруч и бегом вернуться обратно.

**Ведущий.**Сундучок, сундучок,
Открывай, ты, свой бочок.
Сундук не открывается.

**Петрушка.**Сундучок то не простой,
Просит танец, заводной.

*Игра –хоровод «Буги – вуги».*

**Ведущий.**Ну, ребята, молодцы
Танцевали от души.
Получите – ка награды.
Поздравляем. Очень рады!

**Игровые упражнения:**

Перенеси **«камушки»**. Дети стоят около 2-х обручей. В другом конце зала в двух обручах лежат кубики **«камушки»** соответственно количеству детей. По сигналу ИФВ, дети должны побежать взять по 1-му кубику (камушку) и перенести их в свой обруч.

Игра **«перебрось кокосы»** Команды находятся по разным сторонам зала, у каждого игрока по 1-му мячу. По сигналу, игроки перебрасывают мячи на сторону соперников (граница-верёвка). Побеждает та команда на стороне, которой, после свистка воспитателя, меньше мячей.

Игра **«Салют»** для игры нужно 100 пластмассовых мячиков, помещённых в большую корзину, мячи на счёт 1, 2, 3 высыпаются из корзины, а дети их собирают. Игра повторяется 2-3раза.