

Спортивный досуг для детей

2 младшей группы

«К мишке в гости»

Провела: Гурьянова Н.В.

Цель: Формирование привычки к здоровому образу жизни через занятия физической культурой.

Задачи.

1.Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья детей;
- развивать мышечную силу и координационные способности; снятие эмоционального напряжения.

2.Образовательные:

- в форме подвижных игр и игровых упражнений закрепить основные виды движений: бег врассыпную, прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ходьбу и бег «змейкой», ходьбу по ограниченной площади опоры;
- развивать у детей физические качества (быстроту, ловкость), умение реагировать на сигнал, внимание, память;
- уточнить представление детей о диких животных и воспитывать любовь к ним.

3.Воспитательные:

- с помощью физических упражнений и подвижных игр способствовать проявлению смелости, выносливости, терпения и уверенности в своих силах;
- направлять деятельность на сплоченность детского коллектива;
- формировать умение выполнять движения осознанно, быстро, ловко, красиво; воспитывать дружелюбие, организованность.

Оборудование: игрушки (медвежонок, зайчик, белка), конверт, обручи по количеству детей, 2 дуги, 2 длинные веревки, угощение (печенье).

Место проведения: спортивный зал.

Ход досуга

Вводная часть

Дети проходят в зал и строятся полукругом.

Вед: Ребята, я сегодня получила письмо. Хотите узнать, от кого? (*Ответы детей*).

- Тогда отгадайте загадку:

«Он – хозяин леса строгий,

Любит спать зимой в берлоге.

И всю зиму напролёт

Лапу сладкую сосёт, А ещё, он любит мёд!» (*Ответы детей*).

Вед: Написал мне Мишенька – медведь, что заболел он очень, грустно, плохо ему одному. Никто не поможет, никто не развеселит. А где живет, ребята, медведь? (*Ответы детей*).

Вед: Страшно мне идти одной, а мишку жалко. Может вы, ребята, пойдете со мной, мишку навестить. Но дорога к Мише не простая, нужно сделать разминку.

Построение в колонне по одному.

Вед: А теперь в путь. Чтоб в лесу не потеряться, пойдём друг за другом.

(Ходьба в колонне по одному, ходьба змейкой.)

- А теперь быстро побежали, чтобы не замерзнуть.

(Бег в колонне по одному.)

- Осторожно, дети, посмотрите, сколько здесь ветер веток наломал. Нужно наклониться под веточкой и проползти.

(Ползание под препятствием на четвереньках.)

- Впереди болото, с кочки на кочку прыгать начнём, так и до тропинки дойдем.

(Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.)

- Ой, ребята, какая тропинка узкая, нужно аккуратно по ней пройти.

(Ходьба между двумя прямыми линиями, руки в стороны.)

Основная часть

Вед: Вот пришли мы на полянку. Может здесь медведь живёт, посмотрите вокруг. Слышите, кто-то скачет, сквозь ёлочки пробирается. Кто же это?

«Комочек пуха, длинное ухо,

Прыгает ловко, любит морковку» (*Ответы детей*).

Появляется зайка (игрушка).

Заяц (*дрожащим голосом*): Кто вы?

(*Дети отвечают, что идут в гости к мишке*)

Вед: А ты зайка, почему дрожишь?

Заяц: Я всегда в своём лесу, боюсь рыжую лису.

Вед: Не бойся, зайка, наши ребята научат тебя от лисы прятаться.

Проводиться п/и «Лиса и зайцы»

Цель: совершенствование навыков выполнения прыжков и других действий в соответствии с текстом; приучение детей внимательно слушать воспитателя, ориентироваться в пространстве, находить своё место.

Описание. С одной стороны площадки свободно раскладывают обручи («домики») по количеству детей. Каждый ребёнок («зайчик») стоит в своём «домике». В стороне, за ёлочкой, находится «лиса». По сигналу воспитателя дети – «зайцы» выбегают на полянку, прыгают, резвятся. По сигналу воспитателя: «Лиса – идет!» - «зайцы» убегают и прячутся в свои «домики» - обручи. «Лиса» пытается их догнать. В игре можно использовать стихотворный текст:

На лесной лужайке

Разбежались зайки,

Сели зайки на лужок

Роют лапой корешок.

Вдруг бежит лисичка, рыжая сестричка!

Дети выполняют движения по тексту. С окончанием текста появляется «лиса» и начинает ловить «зайцев».

Заяц: Ой, спасибо, побегу, буду от лисы прятаться. А медвежонку привет передавайте.

Вед: А мы тоже пойдем дальше Мишеньку искать. Становитесь друг за другом и идем дальше.

(Ходьба в колонне по одному, ползание под препятствиями на четвереньках, ходьба между двумя прямыми линиями, прыжки из обруча в обруч.)

Вед: Молодцы! Никто не потерялся?

«Кто по веткам скок да скок

Быстро, ловко скачет,

Рыжий маленький зверёк

В дупло орешки тащит» *(Ответы детей).*

Появляется белка (игрушка)

Белка: Что вы, дети здесь шумите?

(Дети отвечают, что идут в гости к мишке).

Белка: Я вам покажу, где мишка живёт, только давайте сначала поиграем.

Проводится п/и (Собери орешки для белки).

Цель: способствовать развитию ловкости, мелкой моторики рук, умению действовать по правилам игры.

Описание: На полу разбросаны каштаны (орешки). По сигналу, дети начинают собирать орешки и класть их в корзину.

Белка: Хорошо играли. Между ёлочками идите, иголочками не уколитесь, там, в ельнике и живет медвежонок. Привет от меня передавайте.

(Ходьба друг за другом «змейкой»)

Вед: Ну, вот, и пришли, впереди поляна, здесь и живет наш друг – медвежонок.

Мишка ты где? Давайте позовём его ребята.

Мишка: Что за шум в моём лесу? Кто мешает мне уснуть?

Вед: Не сердись, Мишенька. Мы пришли тебя повеселить, не хотим, чтобы ты болел.

Мишка: Тогда поиграйте со мной.

Проводиться п/и «У медведя во бору»

Цель: способствовать развитию у детей скорости реакции на словесный сигнал, внимания; обеспечивать высокую активность в беге.

Описание: Роль медведя выполняет воспитатель с медвежонком. На площадке для игры очерчивают два круга. Первый круг – это берлога «медведя», второй – это дом, для всех остальных участников игры. Начинается игра, и дети выходят из дома со словами:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь не спит,

И на нас рычит.

После того, как дети произносят эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Игра повторяется несколько раз.

Заключительная часть

Мишка: Как здорово мы с вами поиграли! Я теперь здоровым стал, бодрым и весёлым. За это я, вас угощу вкусным печеньем.

(Мишка раздает детям угощения).

Вед: Ребята, уже вечер и нам пора в детский сад, а ты, Мишенька, спать ложись на всю зиму долгую. Спит наш мишка до весны, смотрит сладкие он сны. Пойдемте обратно в детский сад на носочках, чтоб медвежонка не разбудить.

Ходьба по залу в колонне по одному, уход детей из зала.

