

Физкультурный досуг «Путешествие на летнюю лужайку»

Цель:

Воспитание у детей потребности в занятиях физической культурой.

Задачи:

Закреплять и совершенствовать двигательные умения и навыки;

Развивать быстроту, ловкость, скоростно-силовые качества, координационные способности и ориентировку в пространстве;

Воспитывать внимание, терпение, потребность в здоровом образе жизни.

Ход досуга

Дети собираются перед спортивной площадкой на улице.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Посмотрите, какой замечательный день на улице, для того, чтобы отправится в путешествие на летнюю лужайку. А доберёмся мы до лужайки на весёлом паровозике.

1. Дети под музыку идут по кругу

Описание: Дети строятся друг за другом, руки кладут друг другу на плечо.

Двигаются в колонне по одному по площадке. Игра проводится под музыкальное сопровождение «Паровоз Букашка»

Ведущий: Ребята, посмотрите, какой сегодня солнечный денёк. Вы готовы к зарядке? Тогда вставайте по всей лужайке чтобы не мешать друг другу и повторяйте за мной.

2. Музыкальная зарядка «Солнышко лучистое...»

Ведущий: Мы всегда очень рады солнышку! Правда, ребята? Мы любим солнышко? (Ответы детей)

Когда светит солнышко, распускаются цветочки и на полянке всё оживает. Я хочу вас познакомить с главными тружениками (жителями) солнечной полянки. Предлагаю вам отгадать мою загадку.

Вместе с солнышком встаёт,

Начинает свой полёт.

И до вечера с лужайки

Много мёда соберёт.

Всё дела, дела, дела...

Это – тётушка ... (Пчела)

(Е. Груданов)

3. Эстафета «Трудолюбивая пчёлка»

(на команду: обруч $d = 60\text{см}$, мячи малого диаметра – по количеству детей, корзина под мусор)

Описание: Под весёлое музыкальное сопровождение первый участник команды бежит до «подсолнуха», берёт в руки «нектар» (один мячик), бежит обратно, кладёт «нектар» в корзину, передаёт эстафету и встаёт в конец строя.

***Ведущий:** Пришла пора познакомиться со следующим трудолюбивым жителем полянки.*

Долго дом из хворостинок

Собирали для семьи

На нашей солнечной полянке

Труженики – ... (муравьи)

(Е. Николаева)

4. Эстафета «Труженики муравьи»

(на команду: ограниченная опора (островки) – 5 шт., «берёзовые хворостинки» - по две на ребёнка)

Описание: Под весёлое музыкальное сопровождение первый участник команды идёт по островкам, неся на плечах «берёзовые хворостинки». Доходит до края спортивной площадки и кладёт свои хворостинки. Обратно участник возвращается также по островкам, передаёт эстафету и встаёт в конец строя. В конце эстафеты все участники и гости рассматривают, какие замечательные муравейники построили команды.

Ведущий: Ребята, я предлагаю, вам, познакомиться ещё с одним необыкновенным жителем полянки.

Вот пушистая травинка

Плавно по листку ползет.

Все жуёт, жуёт, жуёт.

Не жучок, не птица.

Это (Гусеница)

5. Игра малой подвижности «Гусеницы»

Описание: Воспитатель одевает на голову маску гусеницы и встаёт во главе колонны. Дети кладут друг другу руки на плечи. Под музыкальное сопровождение «Гусеницы», команды «ползут» между цветами, обходят финишный конус и также между цветами возвращаются на линию старта.

Ведущий: Ребята, а почему гусеница необыкновенная, в чём её секрет?

Дети высказывают свои версии

Ведущий: Правильно, ребята!

*Она по травке ползет,
Потом в коконе висит,
Но время придет,
И в небо бабочкой взлетит!
Дети при помощи волшебных слов превращаются в бабочек.*

6. Эстафета «Весёлые бабочки»

(бабочки – 4 шт., финишный конус)

*Бабочка-леталочка,
По цветам порхалочка!*
(Олеся Емельянова)

Описание:

Под весёлое музыкальное сопровождение первый участник команды бежит, руками имитируя движения крыльев бабочек, оббегает финишный конус, обратно также, передаёт эстафету и встаёт в конец строя.

Ведущий: А я хочу предложить вам, ребята, превратится ещё в одного весёлого жителя полянки.

*Это кто подпрыгнул ловко?
Крылья, две ноги, головка.
Сухопар и голенаст.
Прыгунам всем фору даст.
Как во фраке человек.
Кто спортсмен такой? ... (Кузнечик)*

7. Эстафета «Ловкие кузнечики»

эстафетная палочка – 2 шт., финишный конус - 2 шт)

Описание: Под весёлое музыкальное сопровождение первый участник команды взяв эстафетную палочку прыгает на двух ногах, продвигаясь вперёд. Доходит до финишного конуса и обратно, передаёт эстафету и встаёт в конец строя.

Ведущий: А теперь пришло время поиграть

8. Подвижная музыкальная игра «Солнышко и дождик»

Описание: Дети выполняют движения в соответствии с текстом песни «Выглянуло солнышко»: бегают по спортивной площадке, прыгают,

выполняют подскоки и.т.д. Когда раздастся гром и «польёт дождь» дети бегут и прячутся под зонтик к своему воспитателю. Игру повторить два раза.

Ведущий: Ребята, снова выглянуло солнышко и я предлагаю вам танцевальную игру

9. Танец «Разноцветная игра»

Ведущий: Ребята, пришла пора возвращаться в детский сад, паровоз Букашка ждёт нас!