

Физкультурный досуг «Весна пришла - весне дорогу!» в старшей группе.

Разработала. Инструктор по физической культуре Петренко Н.В.

Цель: формировать интерес к подвижным играм и развлечениям, вызвать положительные чувства от наступления весны.

Задачи:

- совершенствовать двигательные умения и навыки детей в непринуждённой обстановке, обеспечивать необходимую ребёнку двигательную активность.
- сохранять и укреплять физическое и психологическое здоровье детей;
- воспитывать организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;
- упражняться в равновесии, сохранении хорошей осанки;
- упражняться в ловкости, смелости, быстроте движений;
- упражняться в координации движений;
- упражняться в прыжках на правой и левой ноге;
- закрепить прыжки правым и левым боком;
- закрепить ползание с опорой на ладони и ступни;
- упражняться в умение ориентироваться в пространстве;
- закрепить умение соблюдать правила игр и эстафет, умение не сталкиваться при беге.

Место проведения: спортивный зал.

Атрибуты и инвентарь: 2 каната, 2 доски на пониженной опоре голубого цвета (ручей), 20 малых обрущей, ленты-40 шт, модули-дощечки-20 шт, 2 скворечника (обруча), 6 конусов, 20 цветов из бумаги, магнитола, флешкарта с музыкой.

Участники: дети старшей группы, персонаж-Весна (ребёнок), ведущий-инструктор по физической культуре.

Предварительная работа: заранее раздать детям и воспитателям стихи; провести беседу на тему Весна; организовать просмотр альбомов, иллюстраций на тему Весна. Прочитать с детьми художественное произведение о Весне и загадки.

Ход досуга.

Выход в спортивный зал под музыку «Весенняя капель». Построение детей в шеренгу.

Инструктор. Здравствуйте, дети! Сегодня у нас досуг «Весна пришла – весне дорогу!». Сегодня у нас будут игры, эстафеты, загадки. Но, сначала – разминка.

Разминка.

Эй! Попрыгали на месте (прыжки).

Эх! Руками машем вместе (движение «ножницы» руками).

Эхе – хе! Прогнули спинки (наклон вперёд, руки на поясе, спину прогнуть),

Посмотрели на картинки (нагнувшись, поднять голову как можно выше).

Эге-ге! Нагнулись ниже (глубокий наклон вперёд, руки на поясе).

Наклонились к полу ниже (глубокий наклон вперёд, руки на поясе).

Э-э-э! Какой же ты лентяй (выпрямиться, погрозить друг другу пальцем)!

Потянишь, но не зевай (руками тянуться вверх, поднявшись на носки)!

Повертишь на месте ловко (покружиться).

В этом нам нужна сноровка.

Что, понравилось дружок (остановились, руки вниз, приподняли плечи)?

- Да, да, да (дети машут головой)!

Дети рассказывают стихотворение.

Что такое? В чём же дело?

Небо вдруг заголубело,

И умчались злые стужи...

Кто же в этом виноват?

Ну конечно месяц март!

Как славно жить на свете,

Особенно весной!

Иду, а тёплый ветер,

Как лес бежит за мной.

Оттаяла макушка

У лысого бугра,

И пахнет свежей травкой

С нашего двора!

Инструктор. Посмотрите, какая чудесная погода, какое яркое и тёплое солнце! Подышите и почувствуйте, какой чистый и свежий воздух.

Протяните руки к солнцу и почувствуйте, как тепло оно греет.

На луга, поля, дубравы

Щедро лью тепло и свет,

Чтоб росли хлеба и травы,

А сады усыпал цвет!

Да, действительно, на дворе наступила Весна! Солнце светит ярче и нам становится теплее. Ребята, а давайте позовём к нам Весну – красну.

Дети зовут. Весна – красна, иди к нам!

Выход Весны.

Весна. Отступили холода,
Нет ни снега, нет ни льда.
Идёт теплая погода,
Оживляется природа!
Знаю, ждут меня повсюду.
Всем на свете я нужна.
Приношу я радость людям,
И зовут меня ВЕСНА!

Спасибо, дети, что разбудили Весну. Я так долго спала. Я услышала ваши голоса и пришла к вам.

А что вы тут собирались?

Дети. Мы радуемся наступлению весны.

(Дети и взрослые здороваются с Весной и радуются её приходу)

Весна. Можно мне с вами поиграть?

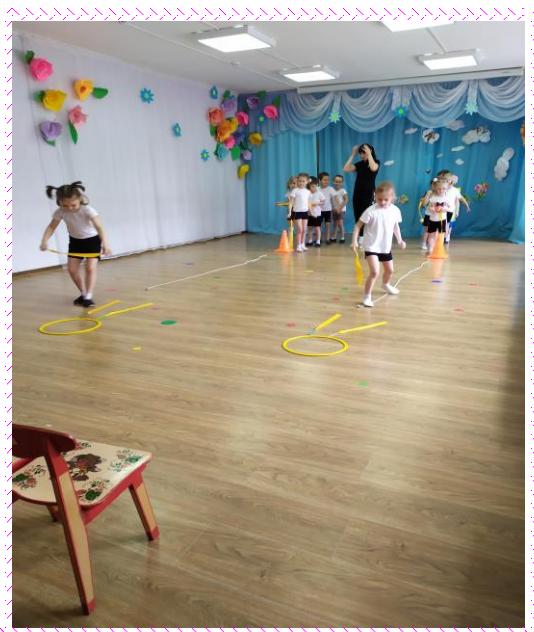
Дети. Да! Да! Да!

Инструктор. Ребята, а давайте мы с вами составим солнышко из разноцветных лучиков, а Весна нам в этом поможет.

Эстафета «Составь солнышко»

Через препятствия пройдите,
Лучи солнцу донесите.

Дети строятся в две колонны. По одному проходят через канат боком приставным шагом в одну сторону, подходят к обручу и раскладывают по одной разноцветной ленточки вокруг обруча. Игрок остаётся возле своего лучика. Побеждает команда, у которой ровнее всех будут разложены ленточки, и кто не нарушит правила эстафеты.



Инструктор.

(Инструктор читает строчки из стихотворения, а дети произносят звуки.)

Из-под коры вылезли жуки – ЖЖЖЖЖ.

И букашки – 33333333.

Под кучей старой листвы зашуршал ёжик – шур - шур, шур – шур.

Вот свернулся еж в клубок,

Потому что он продрог,

Лучик ёжика коснулся,

Ёжик сладко потянулся.

И лес пополнился разными птичьими голосами – чик-чирик, чик-чирик.

Вот так оживает природа весной.

Инструктор.

Пришла весна. Пригрело яркое весеннее солнышко. Оно растопило снега и побежали весенние ручейки.

Давайте мы проведём эстафету.

Кап – кап - кап! Капель звенит.

По двору ручей бежит.

Эстафета «Чей ручей длиннее?»

Дети строятся в две колонны. Они добегают до речки (доска на пониженной опоре голубого цвета) и от неё выкладывают модульные синие дощечки друг за другом – в ручейки. Выигрывает команда, у которой ручей длиннее.



Весна. Ребята, а можно я ваши ручейки соединю в большое озеро?

Дети. Да! Да! Да!



Инструктор.

По тропинке мы шагаем
Выше ноги поднимаем.
Вот как хорошо идти
Нам со всеми по пути.
Вот и лужи впереди,
Сможем их мы обойти.

Эстафета «Перепрыгни через ручейки»

Дети строятся в две колонны. Они подходят к ручейку (модульные синие дощечки) и перепрыгивают его правым боком в одну сторону, а назад левым боком и так все по очереди ручейки. Побеждает команда быстрее всех выполнит эстафету.



Эстафета « Подползи к скворечнику»

Дети строятся в две колонны. Они змейкой, должны проползти (с опорой на ладони и ступни) между 3 конусами до скворечника. Бегом вернуться в свою команду. Побеждает команда быстрее всех выполнит эстафету.



Инструктор. Молодцы, ребята! А теперь, мои друзья, отгадайте загадки.

Тает снег, звенят ручьи,
Всё сильней потоки.
И летят уже грачи
К нам из стран далёких.
Когда это бывает? **(Весной)**

Оно весь мир обогревает,
И усталости не знает.
Улыбается в оконце
И зовут его все ...**(Солнце)**

Пробиваюсь я в апреле-
Все поля позеленели!
Покрываю, как ковёр,
Поле, луг и двор **(Трава)**

Бежит бычок-
Голубенький рожок-
Бежит, журчит.
Выпить - не выпить,
Вылить - не вылить. **(Ручей)**

Осенью летели к югу,
Чтоб не встретить злую выногу.
А весной снежок растаял,
И вернулись наши стаи! **(Перелётные птицы)**

Этот домик из фанерки,
У него настёст и дверки.
Птичек ждёт удобный дом,
Им уютно будет в нём **(Скворечник)**

Инструктор. Возьмите эти волшебные крылья и поиграем в игру.

Подвижная игра «Займи скворечника»
Готовы скворечники,
Можно селиться,
Летите, летите, весёлые птицы,
Скорей занимайте дома!
Раз, два повернись.
В птичек быстро превратись!

В разных местах зала разложены обручи-скворечники. В каждом скворечнике помещается одна пара детей - скворцов. Число играющих - нечётное. Один скворец остаётся без скворечника. Дети, изображая скворцов, бегают (летают) по залу с ленточками в разных направлениях. По сигналу инструктора «Скворцы прилетели!» они бегут в скворечники. Дети могут занимать любые обручи. Один опоздавший остаётся без места и считается проигравшим. Когда все скворцы разместились, т.е. встали по двое в обручах, инструктор говорит: «Скворцы летят!» Тогда все играющие выбегают из обручей и опять бегают по залу. Игра возобновляется.

Правила игры: занимать место в скворечнике можно только по сигналу инструктора «Скворцы прилетели!». Вылетать из скворечника можно только по сигналу «Скворцы летят!». Один скворечник могут занимать только двое играющих.



Инструктор.

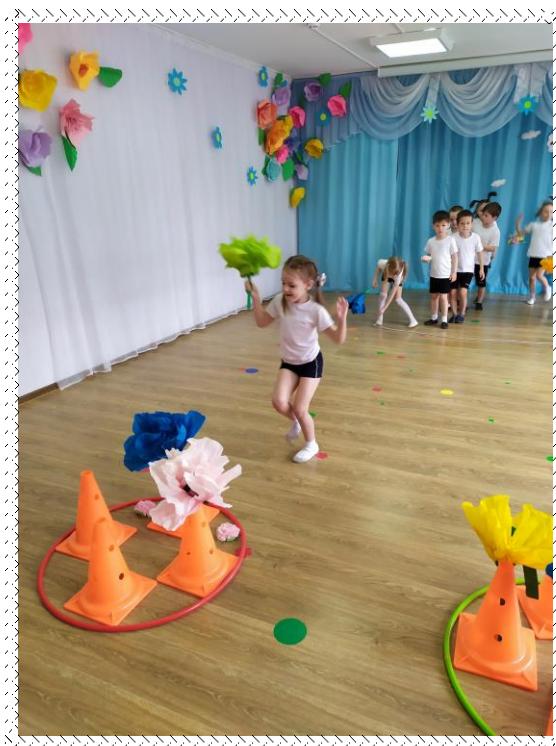
Раз, два, три, четыре, пять
Стали детки вы опять!
(Дети кружатся вокруг себя и опускают ленточки)

Инструктор. Как хорошо вы справляетесь с заданиями, молодцы! Весна ты не устала с нами играть? Может мы попробуем посадить цветы?

Синие и красные,
Нежные, прекрасные.
Собери из них букеты.
Что же это? Что же это? (**Цветы**)
На луга, поля, дубравы
Щедро лью тепло и свет,
Чтоб росли хлеба и травы,
А сады усыпал цвет!
На лугу цветут цветы,
Все цветы красивые!
Раз, два, три,
Скорей цветочек посади!

Эстафета «Посадка цветов»

У детей в руках цветы. Прыжками по прямой на правой ноге в одну сторону они допрыгивают до клумбы-обруча, сажают цветок и возвращаются обратно уже прыжком на левой ноге. Побеждает команда, которая быстрее всех высадит на клумбу цветы.



Релаксация.

Ветер веет над полями,
И качается трава (дети плавно качают руками над головой).
Облако плывёт над нами,
Словно белая гора (подтягивание - руки вверх).
Ветер пыль над полем носит.
Наклоняются колосья-
Вправо – влево, назад – вперёд,
А потом наоборот (наклоны вправо- влево, назад- вперёд).
Мы взбираемся на холм (ходьба на месте),
Там немного отдохнём (дети садятся на стульчики).



Дети рассказывают стихотворение.

Полюбуйся: весна наступает,
Журавли караваном летят,
В ярком золоте день утопает,
И ручьи по оврагам шумят.

Скоро гости к тебе собираются,
Сколько гнёзд понавыют - посмотри!
Что за звуки, за песни польются
День - деньской от зари до зари.

Инструктор. Спасибо тебе, весна, что сегодня играла вместе с нами.



Весна. Спасибо и вам, ребята, вы сегодня все молодцы! Мне было приятно с вами играть. Желаю вам доброй, тёплой и радостной весны!
А мне надо дальше идти. До свидания!

Инструктор. Ребята, я предлагаю вам похлопать Весне в ладоши так сильно, как вам было хорошо с ней сегодня на сегодняшнем досуге! Давайте похлопаем в ладоши Весне ребята!

Дети. Хлопают в ладоши сильно – сильно и прощаются с Весной.

Инструктор. Ребята, наш досуг подошёл к концу. Всем большое спасибо! Желаю вам доброй, тёплой и радостной весны!

Дети встают со стульчиков, поворачиваются на право и по кругу за направляющим шагают под весеннюю под музыку **«Весенняя капель»** в группу.