

## **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;
- упражнять в равновесии, сохранении хорошей осанки;
- упражнять в ловкости, смелости, быстроте движений;
- упражнять в координации движений;
- упражнять в прыжках на правой и левой ноге;
- закрепить прыжки правым и левым боком;
- закрепить ползание с опорой на ладони и ступни;
- упражнять 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 обручей, 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)!

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

Повертись 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 почувствуете, какой чистый и свежий воздух.

Протяните руки к солнцу и почувствуете, 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 собрались?

**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 – ЗЗЗЗЗЗЗЗ.

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 сильнее 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 выюгу.  
А весной снежок растаял,  
И вернулись наши стаи! (**Перелётные птицы**)

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

**Инструктор.** Возьмите эти волшебные крылья и поиграем в игру.

### **Подвижная игра «Займи скворечник»**

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,

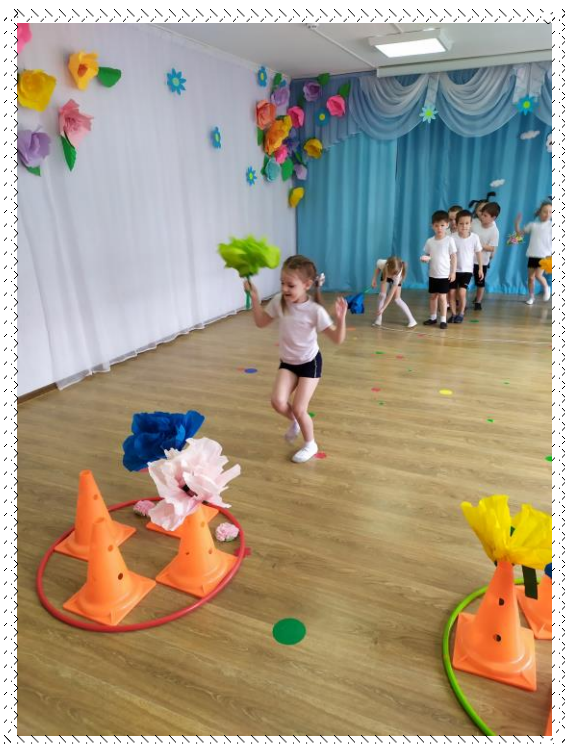
Все цветы красивые!

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, взад – вперёд,  
А потом наоборот (наклоны вправо- влево, взад- вперёд).  
Мы взбираемся на холм (ходьба на месте),  
Там немного отдохнём (дети садятся на стульчики).



**Дети рассказывают стихотворение.**

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

Скоро гости к тебе соберутся,  
Сколько гнёзд понавьют - 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.