задачи:

1)Развивать эмоциональную отзывчивость, способность управлять своим поведением. способствовать элементарному перевоплощению, вызывать интерес к языку движений.

2) Развивать фантазию, четкость и выразительность действий, быстроту реакции в различных двигательных заданиях.

3) сохранение и укрепление здоровья детей;

4)формированию потребности в двигательной активности.

развитию эмоционально-волевой сферы и игровой деятельности.

В физкультурно-оздоровительный досуг включены элементы здоровьесберегающей технологии :

1 –Пальчиковая гимнастика

2 – физкультминутки

3 -Дыхательные упражнения

4 – игровые упражнения

5 – подвижная игра

Оснащение : маски, снежные комки, игрушки на руку, доска, султанчики, обручи, тоннель.

Ведущая: Ребята я хочу вам предложить погулять по лесу. В лесу много интересного. Может нам удастся встретить лесных жителей.

А кто, живет в лесу? ( ответы детей). Давайте оденемся, потеплее.

Дети вместе с ведущим отправляются в лес. Идут по залу, проходят по узкой дорожке, пролезают в тоннель, прыгают из обруча в обруч и попадают к избушке зайчика. Под елкой сидит заинька и плачет.

ВЕДУЩИЙ:

Чьи-то глазки, чей-то хвостик,

Чьи-то ушки там торчат?..

Кто там смотрит из под елки

На меня и на ребят?..

Это зайка маленький,

Что плачешь , заинька?..

Смотрите, ребята зайчик сидит, а давай те у него узнаем, почему он плачет. (Спрашивают у зайчика, почему он плачет.)

ЗАЙЧИК: Пришла лиса ко мне в гости , и меня же и выгнала. Мне теперь негде жить. Я совсем замерз и не могу не как согреться.

ВЕДУЩАЯ:

Как нам заиньке помочь,

Как прогнать лисицу прочь.

Ребята давайте поможем зайчику выгнать лису из его дома, но сначала нам нужно помочь зайчику согреться. Вставай зайчик с нами в круг и делай зарядку, она поможет тебе согреться. (Дети вместе с зайчиком делают зарядку ).

Солнце глянуло в кроватку

1-2-3-4-5

Мы все делаем зарядку

Дружно сесть, дружно сесть,

дружно сесть, дружно встать.

Руки вытянуть по шире,

1-2-3-4-5

Наклониться 3-4

И на месте поскакать.

ВЕДУЩАЯ: зарядку мы с вами сделали, пойдемте лису из дома выгонять, подходят к дому и все вместе говорят : пойди лиса прочь из зайчикова дома. А лиса из дома кричит: как выскачу , как выпрыгну, пойдут клачки по закоулочкам.

ВЕДУЩАЯ: Ребята, а давай ее спросим, зачем она зайчика выгнала.

ЛИСА: А мне одной скучно было жить вот я, и пришла к зайцу, а он не хочет со мной играть.

ВЕДУЩАЯ: зайчик, а почему ты не хочешь играть с лисой?

ЗАЯЦ: Я ее боюсь, она сказала если, я проиграю, то она меня съест, вот я и отказался.

ВЕДУЩАЯ: А давайте мы с тобой лиса поиграем, а если ты проиграешь то уйдешь из дома зайки, согласна? А поиграть нам поможет собачка Жучка.

Игра «вот лежит лохматый пес».

ЛИСА : Мне не нравится эта игра , я собак не люблю. Быстро прячется опять в доме.

ВЕДУЩАЯ: Да ребята, нам лису не удалось выгнать вместе с собакой, давайте позовем медвежат. Может они нам помогут лису из дома зайки выгнать. Все вместе зовут медвежат. Приходят медвежата.

Ведущий: ребята давайте сначала вместе с медвежатами выполним упражнения ( физ. минутка «медвежата») ребята выполняют упражнения в соответствии со словами:

Медвежата в лесу жили

Вот так, вот так.

Дружно в лес они ходили

Вот так, вот так.

Медвежата мед искали

Вот так, вот так.

Дружно дерево качали

Вот так, вот так.

А потом домой бежали

Вот так, вот так.

Дружно там они играли

Вот так, вот так.

Медвежата пытаются выгнать лису, но у них не получается.

ВЕДУЩАЯ: да не боится лиса даже медвежат. А давай те ее позовем с нами в снежки поиграть. Все вместе играют в снежки. Дети забрасывают лису снежками, она обижается и убегает к себе в дом.

ВЕДУЩАЯ:

Мы лису прогнали ловко,

Не воротится плутовка!

А пока мы в снежки игра наши ручки совсем замерзли давайте их погреем. (пальчиковая гимнастика):

Раз, два, три, четыре, пять (Загибаем пальчики по одному)

Мы во двор пришли гулять. («Идём» по столу указательным и средним

пальчиками)

Бабу снежную лепили, («Лепим» комочек двумя ладонями)

Птичек крошками кормили, (Крошащие движения всеми пальцами)

С горки мы потом катались, (Проводим указательным пальцем пр.р. по ладони л.р.)

А ещё в снегу валялись. (Кладём ладошки на стол то одной стороной, то

другой)

Все в снегу домой пришли. (Отряхиваем ладошки)

Съели суп и спать легли. (Движения воображаемой ложкой, руки под

щёк

Мы ребята погрелись, а теперь давайте и зайчику поможем погреться.

Игровое упражнение: «Зайка серенький сидит».

Зайка серенький сидит

И ушами шевелит.

Вот так, вот так.

Он ушами шевелит

.зайке холодно сидеть

надо лапочки погреть

Вот так, вот так.

надо лапочки погреть

Зайке холодно стоять

Надо зайке поскакать

Вот так, вот так.

Надо зайке поскакать

Кто - то зайку испугал

Зайка, прыг и ускакал.

ВЕДУЩАЯ: мы очень весело играли, настало время и потанцевать. Я хочу вам предложить позвать и лису, а то она сидит в своем доме совсем одна. Все вместе зовут лису.

Мы с зайчонком милым нашим

Мы на радостях попляшем!

Танец « маленьких утят» исполняют все дети, зайчик, лиса. После танца зайчик благодарит всех ребят и дарит подарки. На поезде дети возвращаются в садик. (дыхательная гимнастика, упражнение: « паровоз»).

Ходьба по комнате, имитируя согнутыми руками движения колес паровоза, произнося при этом "чух-чух" и изменяя скорость движения, громкость и частоту произношения. Повторите с ребенком пять-шесть раз.