**КОНСПЕКТ**

**ФИЗКУЛЬТУРНОГО ДОСУГА**

**СРЕДНЕЙ ГРУППЫ**

**«На прогулку в зимний лес»**

Инструктор по физической

культуре МБДОУ детский сад

№ 20 «Снегурочка»

Маннафова Елена Геннадьевна

г.ОХА

**конспект досуга**

**образовательная область «Физическая культура»**

**«На прогулку в зимний лес»**

***Средняя группа***

**Программное содержание:**

Закрепить знания о времени года - зима.

Упражнять в умении действовать по сигналу

Развивать физические качества: быстроту, ловкость, внимание.

В группу к детям приходит педагог, одетый в Зайца и приглашает в зимний лес на прогулку.

Дети младшей группы идут в спортивный зал, строятся в колонну друг за другом.

Под музыку идут друг за другом.

**Зайчик:** Выходите, зайчики

В лесочек погулять,

Поднимайте ноги,

Чтоб в снег не упасть.

Дети идут, высоко поднимая колени «через сугробы» (в чередовании с обычной ходьбой)

Ходьба с остановкой по сигналу «Спрятались» - присесть на пятки.

Здесь сугробы впереди, Ходьба по гимнастической скамейке друг за

Нам по мостику идти. другом, руки на поясе (ориентир плюшевый

Друг за другом вы идите. зайчик)

А теперь, как зайки, дружно поскакали (прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед)

**Заинька:** Все прошли?

**Дети:** Все!

**Зайчик:** Молодцы. На поляну мы пришли.

Покажите, как вы умеете делать зарядку (раздает погремушки)

**Зайчик:** Погремушки дети взяли

С ними быстро зашагали.

Надо в круг теперь всем встать,

Погремушки показать.

Стали дружно поднимать, (руки вверх)

А теперь их опускать! (руки вниз)

Поднимать и опускать! (руки вверх)

Поднимать и опускать! (руки вниз)

Стали дети наклоняться (наклон вперед)

Стали дети выпрямляться (погремушку назад)

Наклоняться !

Выпрямляться ! 2 – 3 раза

!

Стали дети приседать, (присесть)

Погремушками стучать, (погремушки ручками об пол)

Стук – и прямо! Стук.

Стук – и прямо! Стук – и прямо! Стук – и прямо!

А теперь мы все бежим (бег по кругу, погремушки вверху в руках)

Погремушками гремим.

Тихо-тихо все пойдем, (все проходят мимо сундучка и складывают

Погремушки уберем! погремушки)

**Зайчик:** Молодцы, ребята, сделали зарядку и станем еще сильнее.

Под музыку «Вальс» входит Зима, танцует.

**Зима:** Здравствуйте, ребята!

**Дети:** Здравствуй, Зима!

**Зима:** Я – Зимушка – зима.

К вам на праздник пришла. Рады Зиме?

**Дети:** Рады!

**Зима:** А какие я сугробы намела!

А какие я морозы принесла!

Дружно за руки беритесь,

В круг скорее становитесь!

Поиграем в игру «Зайцы и волк».

Дети с Зимой становятся в круг, в центре Зайчик с плюшевым зайцем.

Игра повторяется 2-3 раза.

**Зима:** Посмотрите, ребята, какая у меня пушистая снежинка!

Хочу посмотреть какие вы, ребята, ловкие! Кто подпрыгнет до снежинки?

(Игра «Поймай снежинку») 2-3 раза.

**Зима:** Ловкие ребята! Молодцы!

Эстафета - «Кто быстрее привезет Зайчику морковку».

Раздается плач Зайчика.

**Зима:** Что случилось, зайчик?

**Зайчик:** Да вот, спрятал я осенью морковку волшебную под елочкой, а теперь кругом снег лежит,

не знаю где морковку искать.

**Зима:** Ребята, давайте поможем зайчику найти морковку. Пойдемте по тропинке друг за другом,

через сугробы.

Дети находят большую морковку, отдают зайчику. (сюрприз)

**Зайчик:**  Спасибо, ребята. За то, что вы такие добрые, ловкие, смелые я вас угощаю …..

(раздает угощение).

Под музыку дети идут по кругу, затем уходят.