МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Детский сад № 24 «РОДНИЧОК» г.Вольска Саратовской области»

|  |  |
| --- | --- |
|  | *Воспитатель средней группы,*  ***Денисова Любовь Вячеславовна***  *2 квалификационная категория.* |

***Физкультурное развлечение.***

***«Путешествие с Капитошкой».***

***Программное содержание:***

1. *Равновесие.* Учить детей ходить по гимнастической скамейке (высотой 15 – 20см), сохраняя равновесие, руки в стороны.
2. *Прыжки.* Упражнять детей в спрыгивании с предмета (высотой 15 – 20см), приземляясь на полусогнутые ноги.
3. Формировать правильную осанку с помощью физических упражнений.
4. Способствовать проявлению смелости, решительности, уверенности в своих силах.
5. Инд. Работа с Машей – развивать скоростные способности, выполняя быстрые упражнения.

***Ход занятия.***

*В зале стоит ширма, на которой пейзаж осени.*

*Под музыку в зал входят дети колонной и строятся около стены.*

- Ребята, а какое сейчас время года?

-Какая бывает погода осенью? *(солнечная, дождливая, холодная…)*

(*дети идут к ширме)*

- Посмотрите, на земле лежат листья, все деревья почти голые, без листьев. Солнышко стало меньше греть - как жаль!

А как хорошо бывало летом! Тепло, красиво, интересно!

А вы бы хотели сейчас оказаться на летней лужайке?

Давайте встанем в круг, а чтобы поскорее очутиться на летней лужайке, нам необходимо приготовить наши волшебные точки: ***(точечный массаж):***

***“Про зайчика”.***

|  |  |
| --- | --- |
| Вышел зайчик на лужок, На зеленый бережок. | *Плавные движения от переносицы к ушам.*  *Нужно сделать 8-10 движений* |
| Потирает зайка нос, Чтобы носик не замерз. | *Надавите пальцами на точки, расположенные у крыльев носа* |
| Серый зайчик вместе с нами Потирает над бровями. | *Массаж точек, расположенных у внутренних концов бровей* |
| Говорила зайке мать: “Надо ушки потирать”. | *Надавите пальцами на точки, расположенные у основания мочки уха* |
| Зайка лапкой лапку трет, Зайка песенку поет. | *Прижмите большой палец руки к указательному. Образовался бугорок. Делайте массаж этой точки* |
| “Ой, спасибо вам, друзья! Мне без вас никак нельзя”. | *Те же движения, но уже на другой руке.* |

А сейчас ребята сели на волшебный ковер самолет, закрыли глазки и заводим наши моторчики!

*(В это время ширма осени сменяется ширмой лето и там появляется игрушка Капитошка. На ширме весит туча со свисающими капельками).*

- Ой, вот мы и на летней лужайке

- А кто же нас здесь встречает? (ответы детей)

-Здравствуйте ребята!

-Здравствуй Капитошка !

-Вот мы и попали в гости к лету.

Туча – туча, дождь не прячь,

Лейся, дождик, дам калач!

Ребята какой бывает дождик: шумный, быстрый, легкий.

Давайте с помощью рук и пальцев покажите, какой он.

***(Пальчиковая игра****: дети по ладошке стучат поочередно пальчиками, изображая шум дождя.)*

1. Давайте поймаем капельки: ходьба за воспитателем по залу, руки в стороны, ладони вверх, спина прямая, смотрим в перед.
2. Намочил капельками травку, и чтобы наши ножки не намокли мы будем их поднимать высоко: ходьба с высоким поднятием ног, руки на поясе, спина прямая, смотрим вперед.
3. Ой какой шумный дождик: легкий бег на носочках, бежим легко, руки согнуты в локтях, помогаем ими бежать.
4. Догнал нас летний дождик и превратил в капельки: идем по кругу: руки подняли через стороны – вдох, опустили – выдох.

*Капитошка:* А я бы хотел посмотреть, как мои друзья выполняют различные упражнения.

1. *«Дождик идет»*

Руки через стороны вверх, поднять голову, посмотреть на ладони.

Опустить, встряхнуть кистями.

1. *«Спрячемся от дождя»*

Наклоны туловища вправо, влево.

1. *«Поиграем с дождиком»*

Приседание, обхватив колени руками.

1. *«Стекает дождь»*

Лежа на животе, руки перед собой согнуты в локтях. Поднять голову, опустить.

1. *Прыжки.*

Прыжки на двух ногах, на правой ноге, на левой ноге.

- Устали капельки и хотят отдохнуть.

(ходьба с выполнением дыхательных упражнений)

- А теперь давайте продолжим наше путешествие!

- Ой, ручей! А нам нужно перейти его через мостик.

Капитошка, твои друзья намочили его!

-Какой стал мосток? (мокрый, скользкий)

-А как надо идти?

*(Показ воспитателя: надо идти осторожно, спина прямая, смотрим вперед, носочек тянем, руки в стороны. В конце мостика нужно остановиться, руки отвести назад, ноги согнуть чуть, чуть и спрыгнуть, приземляясь на носочки на полусогнутые ноги, руки вперед)*

- А Капитошка будет смотреть, как ребята это будут делать.

***Капитошка:***Ой, молодцы, все перешли через мостик правильно, ловко справились.

-Ребята, пока мы с вами перебирались по мостку, выглянуло солнышко,

а давайте поиграем в игру *«Солнышко и дождик»* .

*(Игра проводится 3 раза)*

Солнышко стало пригревать, а Капитошке пора отправляться на тучку. Скажем до свидание, Капитошка! Ребята, а мы чтобы не болеть зимой, должны летом хорошо прогреться на солнышке. И сейчас мы с вами представим, что лежим на травке и загораем.

*(Звучит музыка, дети лежат на коврике, на спине, руки вдоль туловища)*

*Закройте глаза, вытяните руки. Представьте, что на ваших ладошках лежат маленькие солнышки. Поднимите руки над головой, ладонями вверх. Через ваши пальчики, как лучики солнышка, идет тепло по всей руке (шевелят пальчиками).*

*Руки успокоились, отдыхают лежа вдоль туловища.*

Солнечные лучи согревают стопы, пальцы ног, усталость уходит.

Вдохнули глубоко носом, выдохнули через рот.

Дыхание успокаивается, становится равномерным, плавным.

*В это время ширма лето сменяется на ширму осени.*

- Откройте глазки, сядьте, улыбнитесь друг другу. Мы с вами снова очутились на осенней поляне, где земля покрыта ковром из желтых листьев, где уже сыро и холодно. И на память о лете у нас остались маленькие солнышки и капитошки.

Вам понравилось путешествие? Чем полезным мы занимались? А что надо делать, чтобы не болеть?

Все были смелыми, уверенными, ловкими, решительными. Молодцы ребята!