**МБОУ «Начальная школа- детский сад № 58»**

**Воспитатель ФИЗО Марченко Нина Петровна. ( I категория).**

**Спортивное развлечение « На лесной полянке».** ( Для детей 5-6 лет).

**Задачи.** Закрепить знания детей о том, что здоровье зависит от нас самих. Познакомить детей с правилами поведения в лесу, с народными приметами. Совершенствовать умения и навыки при выполнении игровых заданий, эстафет и конкурсов. Прививать любовь к природе. Создать доброе, приподнятое настроение.

***Ведущий***. Дорогие ребята, сегодня мы с вами отправимся на лесную полянку. Наше путешествие будет удивительным. Вы узнаете много нового и интересного. И так идем…

- По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке

в лесок шагают ножки

Раз- два, раз- два (ходьба обычная)

- Из росточка- семечка вырастало дерево

Стройное, красивое

Всем вокруг на диво (ходьба на носках - по узкой дорожке)

- По кочкам, по кочкам (ходьба на пятках, руки в стороны)

В ямку «бух» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, присели «спрятались». Выбрались из ямки опять пошли.

- Мы шагаем, мы шагаем, выше ноги поднимаем

- А впереди у нас ручей, перейдем его по « мостику» скорей (ходьба по скамейке)

-А затем пенечки все перешагнем

- А теперь широким кругом побежали друг за другом (бег, ходьба)

Дыхательное упражнение «Ау!»

«Если потеряемся, мы не растеряемся

Знаем друга как позвать

Будем мы «ау!» кричать»

Ведущий. Ребята, а вот и наша полянка. Как здесь красиво! Много здесь деревьев и все разные. Давайте посмотрим на них.

Дети строятся в круг и выполняют ОРУ.

***ОРУ (деревья в лесу)***

1. «Дуб»

«Вот дуб стоит высокий и красивый

И смотрит он на нас игриво»

И.п: ноги на ширине плеч, руки опущены

--- Поднять руки через стороны вверх, и.п.

1. «Ива»

«Вот ива наклонилась над водой,

Увидела свое в ней отраженье»

И.п: стоя на коленях, руки в стороны назад

--- Руки вперед, коснуться пола

1. «Елочка»

«Принагнулась елочка, елочка- иголочка

Тяжело пушистые веточки держать»

И.п: сидя, руки в упоре назад

--- Руки в стороны, наклон к носкам ног

1. «Листики»

«Осенью листики ветер срывает, а они скручиваются и по ветру летят»

И.п: лежа на спине, руки вдоль туловища

--- Согнуть ноги в коленях, обхватить их руками.

1. «Осинка»

«А вот осинка тонкая смеется, словно речка звонкая»

И.п: ноги вместе, руки на поясе

--- Прыжки на месте

1. «Дровосек»

«А вот сухие сучья рубит дровосек»

---Дыхательное упражнение

Входит зайчик, плачет, трет глаза кулачком , ушки у него забинованы.

***Ведущий***. Ребята, вы слышите, кто-то плачет? Да это же зайка. Ай, зайка, что же ты делаешь, лапки- то у тебя грязные. Пойдем-ка, сначала помой их в ручейке и глазки тоже , чтобы не заболели (ведет к» ручейку», зайчик моет лапки). А теперь скажи: Что с тобой?»

***Зайчик.***( открывает глаза) Ой, кто вы?

***Ведущий.*** Не пугайся, зайчик, это ребята к вам в гости пришли на лесную полянку. А что ж ты плачешь?

***Зайчи***к Ой, ничего не слышу( громко). Уши болят.

***Ведущий***. Давай я посмотрю (развязывает, приговаривает: ушки красные, влажные, а в ушках-томох и веточки- убирает)

- А сейчас слышишь?

***Зайчик*** Слышу! Ой как хорошо стало!

***Ведущи***й. Послушай, зайчишка, чтобы уши не болели, нужно выполнять следующие правила.

Нужно

*. Защищать уши от сильного шума*

*. Беречь уши от попадании я в них воды*

*.Беречь уши в ветряную и холодную погоду*

*.Защищать уши от попадания в них мелких предметов*

*Нельзя*

*.Ковырять в ушах*

*.Заниматься самолечением, а при болях обращаться сразу к врачу*

***Ведущий***  Понял, зайка? А вы, ребята?

**Зайчик**. Спасибо вам за советы. Они простые. Я буду обязательно их выполнять.

А сейчас мне так хочется поиграть.

**Ведущий.** А прыгать и быстро бегать ты умеешь?

**Зайчик.** Умею, умею и ребят научу.

***Ведущий.*** Ребята, покажем зайчику, что мы тоже умеем прыгать и бегать. Вставай, зайчик с нами.

1. Передай ягодку - с бегом
2. «Перепрыгни через кочки» - с прыжками.

***Ведущий***. Ребята, а какое дерево стройное, белоствольное ? Правильно Это береза, покажите.

А в лесу растет еще одно дерево. А какое, вы попробуйте отгадать

*Стоит колючая, как еж*

*Зимою в платье летнем*

*Под Новый год приходит*

*И песни мы о ней поем (ель*)

Хотите, я вам расскажу про елочку. С давних времен ель считали особенным деревом. Люди уважали ее , как символ молодости и силы. Ель- растение- лекарь. ЕЕ хвоя богата многими витаминами, в том числе витамин С. При простудах помогает отвар шишек в молоке. А еловая смола, смешанная с медом, хорошо заживляет ранки. Вот какое это удивительное дерево. Об это знают ваши бабушки и мамы. Но елка служит не только человеку, но и птицам, и животным, которые лакомятся ее семянами. Отдохнули, а теперь давайте еще поиграем

Прилетела на полянку красивая бабочка, поиграем с ней?

1. «Затронь бабочку» - прыжки с разбега с доставанием «бабочки»
2. «Собери ромашку» - С бегом до обруча, выкладывая в нем ромашку (у каждого участника по одному лепестку)

***Ведущий.*** Молодцы, ребята. Хорошо нам в лесу. А вы знаете как себя вести в лесу?

Послушайте. Подсказывайте мне, кто знает.

. *Не ломать деревья и веточки.*

*. Не оставлять после себя мусор.*

*. Не разорять муравейники и гнезда*

*. Не рвать большие охапки цветов*

*. Не разжигать огонь*

***Ведущий*** Молодцы, ребята, все вы знаете. Поиграем?

5 Подвижная игра» Бездомный заяц»

***Ведущий***. Зайка, понравилось тебе играть с ребятами?

З***айчик***. Я вижу, что вы любите лес. А хотите я вам расскажу как растения в лесу могут предсказывать погоду, предупреждать о надвигающем ненастье?

*. Если вы заметили, что на траве ранним утром блестит роса – смело отправляйтесь в поход или просто на прогулку: дождя не будет.*

*. А вот если одуванчик или полевой вьюнок закрыли венчики своих цветков, то берегитесь дождя. А если все же вы собираетесь в лес, то захватите с собой курточку и сапожки. Тогда вы не промокните.*

*. Листья деревьев показывают изнанку – дождь близко.*

Вот как много нового мы сегодня узнали, а теперь пора домой.

*Теплый ветер гладит лица*

*Лес шумит густой листвой*

*Дуб нам хочет поклониться*

*Клен кивает головой*

*А кудрявая береза*

*Провожает всех ребят*

*До свиданья, лес зеленый*

*Мы уходим в детский сад.*

.

***« Забавы маленьких зайчат».***

***Спортивное развлечение для детей 4-5 лет.***

**Задачи. Приобщать детей к физкультуре, здоровому образу жизни. Научить играть в команде.**

**Воспитывать чувство взаимопомощи. Создать у детей радостное, бодрое настроение.**

Дети под музыку входят в зал в шапочках «зайчиков».

***Ведущий.*** *Мы шагаем, мы шагаем*

*Выше ножки поднимаем*

*Шагают наши ножки*

*По ровненькой дорожке - Ходьба с высоким подниманием колен.*

*С ножки на ножку прыг да скок - прыжки с ноги на ногу*

*Побежали, побежали, никого не обогнали - бег друг за другом.*

*Заяц быстро скачет в поле - прыжки на двух ногах с продвижением вперед*

*Зайцу весело на воле*

*И опять шагают ножки*

*Прямо по дорожке - Ходьба*

***Разминка для зайчат***

*«Погреем лапки» - скользящие движения согнутыми руками перед грудью*

*«Погреем плечи» - обхватить плечи противоположными руками*

*« Стряхнем снег с колен» - наклон вперед.*

*«Посмотрим, не идет* ли волк» - повороты с стороны.

«Метание снежков» - наклон в право(влево) захватив «снег», бросок вперед

***Ведущий****. Ну-ка дружно все присели*

*Друг на друга посмотрели*

*Лапками похлопали*

*Хлоп да хлоп, хлоп да хлоп*

*- Что у зайца на макушке*

*Пляшут весело там ушки*

*Раз – подскок, два – подскок*

*Поскакали все в лесок - прыжки на месте*

***Входит Зима*** (взрослый в костюме)

***Зима***  *Здравствуйте, детишки, милые зайчишки*

*Я пришла – Зима. Узнали вы меня?*

*Одела в белое поля*

*Стоят деревья в шапках белых*

*Зима для сильных, ловких, смелых*.

Ребята, а вы любите играть зимой? А мороза не боитесь? (ответы детей)

***Ведущий.*** *Ты мороз, ты мороз*

*Не показывай свой нос*

*Уж мы саночки возьмем*

*И на улицу пойдем*

*Уж мы с горки накатаемся*

*И с друзьями наиграемся*…

1. **«Катание с горки»** - скатывание по наклонным докам (помощь взрослых)

**Зима.** Молодцы, зайчишки, весело с вами . А прыгать вы хорошо умеете?

***Ведущий*** *Зайчик быстро скачет в поле*

*Очень весело на воле*

*Подражаем мы зайчишкам*

*Непоседы ребятишки*

*Прыгают как зайчики*

*Девочки и мальчики.*

1. **Эстафета «Переправа»** - прыжки с кочки на кочку

***Зима.***  Молодцы, зайчишки! Умеете прыгать, а как вы бегаете, быстро умеете?

1. **Игра «Чье звено быстрее соберется**» - с бегом , по сигналу встать быстро в свою колонну.

***Зима.*** Милые зайчишки, а ведь скоро уже Новый год- наш любимый праздник. А у нас в лесу еще елочка не наряжена. Поможем нарядить ее?

1. **«Нарядим елочку**» - кто быстрее повесит украшение на елку- ( по одной игрушке)
2. **Игра «Зайцы и волк**»

***Зима***. Молодцы детишки, молодцы зайчишки! Какие же вы ловкие и смелые.

Смотрите, какой красивый снег пролетает… А давайте в «снежки» поиграем.

**Игра в «снежки»-** дети бросают ватные снежки друг в друга.

***Зима.*** Повеселили вы меня, зайчишки…

Очень я довольна, рада

От меня вам всем награда - достает бутафорскую морковку . –

Угощайтесь. ( внутри сладкий сюрприз)

*\_ Мы шагаем, мы шагаем*

*Выше ножки поднимаем*

Дети выходят из зала…

-