*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №7 комбинированного вида»*

***Спортивный досуг***

***«Школа ловких зайчат»***

***(вторая младшая группа)***

*Подготовила:*

*Воспитатель Бобкова Е.В.*

*г.Ефремов*

*2013 год*

**Образовательная область:** «Физическая культура», «Здоровье», «Коммуникация», «Познание», «Музыка».

**Задачи:**

1. Развивать двигательную активность детей.
2. Продолжать учить соблюдать правила в подвижных играх.
3. Развитие скоростных качеств детей, координации, пластика движений.
4. Создание благоприятной эмоциональной атмосферы в группе.
5. Воспитание понятия о необходимости для здоровья, занятий спортом.

**Оборудование :** прут с морковкой, медведь, маска лисы, конверт с письмом от зайцев.

**Ход:**

Воспитатель с детьми проходит в спорт зал, неожиданно видят, на подставке лежит письмо.

-Что же это за письмо, давайте с вами прочитаем.   
 В письме зайки-спортсмены, приглашают ребят в их спортивную «Школу ловких зайчат»

-Отправимся в гости к зайчатам? И начнём наше путешествие мы прямо сейчас. Дорога наша пойдёт через осенний лес. А поможет нам пройти по лесу, отгадайте кто? (загадка про медведя)

**Воспитатель:**

«Ребята, отгадайте загадку».

«Он – хозяин леса строгий,

Любит спать зимой в берлоге.

Страшно может он реветь.

Кто же он?» (медведь)

**Воспитатель:**

«Правильно, это мишка (показывает). Но нас ждёт нелёгкая дорога»

Повернулись за воспитателем. Ходьба друг за другом.

**Воспитатель:**

«Мы шагаем друг за другом

Лесом и осенним лугом.

Носом глубоко дышите,

Спинки Ровненько держите!»

Остановились (в колонне по одному) друг за другом.

**Воспитатель:**

«Вот быстрые журчащие ручейки, которые нужно перепрыгнуть»

**Прыжки через косички** (6 штук)

«Прыгаем как мячики, девочки и мальчики»

**Воспитатель:**

«Путь неровный рвы, канавы.

Их преодолеть нам надо!»

**Воспитатель:**

«Через эту канаву мы переберёмся по мостику на четвереньках. Не боитесь?»

**Ползание на четвереньках (6 метров) по гимнастической скамейке.**

**Воспитатель:**

«Молодцы! Ловкие, умелые, быстрые и смелые!»

**Воспитатель:**

«А сейчас мы по этой тропинке пойдём,

Идти нам будет нелегко.

Песок и камни на дорожке

Немножко пощекочут ножки».

**Ходьба по ограниченной поверхности (20 см шириной), песок, камни, шишки.**

**Воспитатель:**

«Молодцы ребята! Теперь вы стали ещё сильнее и точно дойдёте до зайчат»

**Воспитатель:**

«Смотрите, дети, в какую чащу мы зашли! Здесь живут разные звери. И лисы с лисятами тоже живут здесь. **Походим как лисята?** (идут друг за другом на носочках, как лисята)»

**Воспитатель:**

«Вот идут наши ребята-

Настоящие лисята.

Хвостиком виляют,

Следы заметают.

На носочках ходят ловко

Будто лисоньки-плутовки »

-«Вот мы и пришли к зайчатам»

**Воспитатель:**

«Зайчата очень рады, что вы пришли к ним в гости. Они хотят поиграть с вами в игры. Посмотреть какие вы сильные, да ловкие»

-А вы знаете, почему сами зайки прыгают так высоко, бегают так быстро. Потому что они едят морковку. Вот и нам они предлагают поиграть, да посмотреть а вы такие же быстрые как зайки.

**Проводится игра «Поймай морковку»**

**Ход игры:** У воспитателя на верёвке привязана морковка. Дети догоняют, подпрыгивают, стараются поймать её.

**Проводится игра «Лиса и зайцы»**

По лесной лужайке (прыгают)

Разбежались зайки.

Вот такие зайки,

Зайки - попрыгайки.

Сели зайчики в кружок (присаживаются)

Роют лапкой корешок (показывают движения по тексту)

Вот какие зайки

Зайки – попрыгайки.

Вот идёт лисичка (показывают руками домик над головой)

Хитрая сестричка

Ищет – «Где же зайки?»

Зайки – побегайки?

Где же зайки?

Вот они! (зайки, выпрыгивают и разбегаются от лисички; сели на стульчики)

**Воспитатель:**

«Какие мы ловкие, да быстрые. Пора и отдохнуть»

**Проводится игра-релаксация «Зайка под кусточком»**

**Ход игры:** Дети встают свободно по всей площадке, выполняют движения по тексту.

Зайка целый день скакал

Зайка беленький устал

На полянке он присел

Пять морковок целых съел

Свою шубку отряхнул

И под кустиком уснул.

**Воспитатель:**

«Зайкам понравилось с вами играть, что зовут Вас снова поиграть»

**Проводится игра-забава «Зайка»**

Зайка серенький сидит. (дети садятся в круг на корточки)

Он ушами шевелит.

Вот так, вот так (шевелят кистями рук, поднятых вверх)

Он ушами шевелит (к голове)

Зайке холодно сидеть (встают)

Надо лапочки погреть

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! (хлопают в ладоши)

Ндо лапочки погреть.

Зайке холодно стоять (прыгают на двух ногах на месте)

Надо зайке поскакать

Скок, скок, скок, скок!

Надо зайке поискать.

Кто-то зайку испугал (воспитатель хлопает в ладоши)

Зайка прыг – и убежал (дети разбегаются врассыпную)

**Воспитатель:**

«Какие быстрые, да шустрые вы зайчата»

- Посмотрите, что же тут такое, нам зайчата принесли. Так им понравилось с нами играть, они нам подарили витамины – морковки.

- Мы прощаемся с зайчатами и отправляемся обратно в группу.

- До свидания, зайчата!

**Воспитатель:**

«Ну, а теперь, мишенька проводи нас пожалуйста домой, но **по ровненькой дорожке**.»

**Малоподвижная игра «По ровненькой дорожке»** (дети в кругу)

«По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки. (хороводный шаг)

Через камни и песок (ходьба с высоким подниманием колена)

Перешагивай, дружок.

По тропинке, по лесной

Побежали вслед за мной.

А теперь опять пошли (хороводный шаг)

И до домика дошли.» (присели, руки сложили «домиком»)

**Воспитатель:**

«Мы по лесу погуляли

Поиграли, подышали

И вернулись без сомненья,

Все с хорошим настроеньем»