

Тема: «Поможем зайке»

Физкультурный досуг для малышей в младшей и средней группы.

**Провела: воспитатель
Медведева И.В.
лето 2011г.**

Программное содержание:

Задачи: Совершенствование у детей ходьбу и бег друг за другом; упражнять в равновесии, ходьба по гимнастической скамейке; ползание под дугу на четвереньках; упражнять в метании правой и левой рукой на дальность.

Оборудование: мешочки, колёса, рули, гимнастическая скамейка, брёвнышки, домик,

Игрушки: лиса, зайчик, телефон.

Ход занятия:

1 часть.

Воспитатель: - «Дети, у меня зазвонил телефон.

- Алло, кто говорит? Зайчик, что случилось?

- Дети, зайчика прогнала лиса из избушки.

- Давайте поможем зайчику.

- Нам надо отправиться в лес».

Дети идут друг за другом.

Воспитатель: - «Ребята, мы пойдём на остановку, где ждёт нас машина.

- По ровненькой дорожке шагают наши ножки топ-топ, топ-топ...

- Вот и остановка, садимся и поехали».

Бег. Песенка «Машина».

Воспитатель: - «А вот и лес. Посмотрите, какие большие деревья в лесу».

2 часть.

а) Общеразвивающие упражнения

1. Деревья «большие».

И.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять руки через стороны вверх, посмотреть на них – и.п. Повторять 2-3 раза.

2. И.п. – стоя ноги слегка расставлены, руки за спину. Покачивание вправо, влево – и.п. Повторить 2-3 раза.

3. «Кустики маленькие».

И.п. – стоя ноги слегка расставлены, руки внизу. Присесть, руками коснуться пола – и.п. Повторить 3-4 раза.

4. «Попрыгаем вокруг деревьев».

Прыжки на двух ногах на месте, чередовать с ходьбой.

б) Основные виды движений

Воспитатель: - « Дети, дойти до зайкиной избушки, нам предстоит трудная дорога по лесу.

- Надо пройти по мостику друг за другом.

- Здесь нам не пройти, надо проползти через воротики на четвереньках.
 - Опять препятствие, перешагнуть через брёвнышки.
 - А вот зайкина избушка и сам зайка. Здравствуй зайка, не плачь, мы поможем твоему горю, прогоним лису.
 - Давайте возьмём мешочки и прогоним лису».
- Бросание мешочков правой и левой рукой вдаль.
- «Ребята, лиса испугалась, выскочила и просит у зайчика прощения.
 - Давайте с ними поиграем».

3 часть.

Игра «Лиса и зайцы».

Воспитатель: - « Мы, будем зайчиками.

- По лесной лужайке разбежались зайки...»

Дети выполняют движения по тексту. Повторяется игра 2 раза.

Дети, прощаются и уезжают на машине.



