Физкультурный досуг.

**«В стране игр и игрушек»**

(для детей 4-5лет)

 МАДОУ «Детский сад №11 «Вишенка»

 г. о. Зарайск, Московской области

Инструктор по физической культуре:

Медведева Ольга Николаевна

Зарайск, 2019 г.

**Программное содержание:**

1. Удовлетворить физические потребности детей в движении;
2. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений, способность ориентироваться в пространстве;
3. Создавать положительные эмоции, радость от совместной двигательной деятельности.

**Оборудование:** «ребристая дорожка», мягкий модуль «домино», дуга.

**Ход досуга:**

Инструктор: Здравствуйте ребята!

Мы сегодня с Вами отправимся в страну игр и игрушек.

Есть отличная страна для веселой детворы. Там отличные игрушки много места для игры. Вы хотели бы ребята оказаться в этой стране?

Дети: ДА!

Инструктор: вокруг себя три раза обернитесь, в стране веселых игр все окажитесь (дети поворачиваются вокруг себя на месте). И сейчас мы с Вами побываем в роли игрушек (звучит музыка).

1.Ходьба друг за другом (как мишки) на внешней стороне стопы.

2.Ходьба друг за другом (как мышки) на носках, руки согнуты в локтях впереди, кисти рук направлены вниз.

3.Ходьба друг за другом (как петушки) с высоким подниманием коленей, взмахами рук в стороны.

4.Легкий бег (как волчок).

5.Упражнения на дыхание.

Инструктор: Игры веселая страна

Всегда загадками полна

Я предлагаю вам ребята

Загадку эту отгадать

И вместе дружно поскакать.

Вот без потех и без рук

По небу гуляет круг

Он гуляет только днем

Ночью круг мы не найдем

Догадайтесь, что за круг

Освещает все вокруг? (Солнце)

Инструктор: Весело, весело, весело у нас

Даже солнышко вдруг само пустилось в пляс.

(Дети выполняют зарядку под музыкальное сопровождение «Солнышко лучистое»)

Инструктор: Какая интересная получилась зарядка! А вот вам вторая загадка:

Если речка широка

И крутые берега,

Чтоб до цели нам добраться

И сухими всем остаться,

Нам не нужен самолет

Ведь ответ загадки прост. (МОСТ)

Инструктор: Мы по мостику пройдем, новую игру начнем.

(Дети друг за другом проходят по ребристой дорожке)

**Игра «с кочки на кочку»**

Дети проходят по ребристой дорожке как по мостику, затем прыгают «с кочки на кочку», используя мягкий модуль «домино».

Инструктор: Здесь детишкам не пройти, здесь придется проползти.

Дети подлезают под дугой.

Инструктор: А теперь ребята, давайте поиграем!

**Игра «У медведя во бору»**

Инструктор: Мы играли, веселились,

И с игрушками подружились,

Но теперь пора ребята

Возвращаться в детский сад.

Вокруг себя три раза обернитесь снова в детском саду окажитесь.

(дети поворачиваются вокруг себя три раза).

Инструктор: Кто дружен с физкультурой

Ничем не обделен,

В хорошем настроении

Весь день проводит он,

Но если вдруг взгрустнется

Бегите все ко мне,

 И вместе мы окажемся

В весело той стране.

(Дети под музыкальное сопровождение выходят из зала).

**Список использованной литературы:**

1.Борисова М.М. – Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. – метод. пособие / Марина Борисова. – Москва: Обруч, 2014. – 256 с.

2.Луконина Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду / Н.Н. Луконина, Л.Е. Чадова. - 4-е изд. - М.: Айрис - пресс, 2007. - 128с., ил.

3.Образцова Т.Н. Подвижные игры для детей / Т.Н. Образцова. - М.: ООО "Этрол", ООО ИКТЦ "ЛАДА", 2005. - 192с.

4.Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий. –– М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 112 с.