**Конспект спортивного развлечения**

**Задачи:** Воспитывать у детей потребность в движении. Закрепить умение выполнять основные виды движений: бег змейкой, ходьба по гимнастической скамейке, подъем по гимнастической лестнице чередующимся шагом. Развивать выносливость, ловкость, смекалку.

**Оборудование:** гимнастическая скамейка, гимнастическая лестница, «Ручеек», «Кустики», аудиокассета «Звуки леса», массажная дорожка (выполнена руками родителей), карточки с изображением дерева, куста, скамейки и горы, бочонок с медом.

**Участники:** ведущий, дети, медведь (взрослый).

**Оформление спортивного зала** - **«лес». В** лесу растут кустики и деревья (макеты) в шахматном порядке, между кустами протекает ручей (веревка), за ручьем стоит гора (лестница), бревно (скамейка). Под кустом спит медведь.

**Ход занятия**

Перед началом развлечения обыгрывается ситуация: **Ведущий:** Дети к нам пришло письмо. Отгадайте от кого.

Я немного толстоват. Я немного косолап Вы не знаете ребята, Кто же в этом виноват?

**Ведущий:** Правильно ребята, это письмо от медведя. Медведь пишет, что он не хочет больше быть косолапым, толстым и неуклюжим. Ведь у него в лесу нет мячей, нет скакалок, нет обручей, нет даже скамейки. Ребята так, что же ему делать?

**Дети:** Мишке надо заняться физкультурой, спортом, делать зарядку.

**Ведущий:** Правильно ребята, так давайте отправимся к Мишке в лес и покажем ему, как надо заниматься спортом, и что для этого надо.

Под музыку (аудиозапись «Пение птиц») дети заходят в «лес» и видят медведя, который спит под кустом.

**Ведущий:**

Эй, Медведушка, вставай, Для лап зарядку начинай

Лапы чтоб не уставали. Чтоб зимой не замерзали.

(Медведь просыпается и вместе с детьми начинает заниматься).

**Медведь:** Ох, молодцы ребята, что разбудили косолапого мишку. Что - то я залежался в своей берлоге пора бы мне бока свои размять, ну, что ребята будете делать со мной зарядку? Встаньте все друг за другом в колонну, ведущей будет Даша. За Дашей в обход по лесу шагом Марш! Голову не опускаем, смотрим вперед, спину держим прямо, дышим через нос, не торопимся. Приготовились! Руки подняли вверх, идем на носочках, спину держим прямо молодцы! Приготовились руки на поясе ходьба на пятках, не забываем дышать через нос. Приготовились ходьба с высоким подниманием колен, вот молодцы. А теперь ходьба по медвежьи, самая любимая моя ходьба вы ребята, сейчас все на меня похожи. А теперь побежали по лесу, бежим легко, энергично. Обычная ходьба. Молодцы ребята! Даша и Маша будут ведущими, за ведущими строимся в 2 колонны. Остановились. Повернитесь ко мне лицом. Ведущие руки в стороны остальные дети руки вперед проверьте расстояние. ***Общеразвивающие упражнения***

1. **«Вырастаем большими»**

И. П. - основная сойка. - Встать на носочки руки вверх. - И. П.

Мы становимся все выше, Достаем руками крыши. На два счета поднялись, Три, четыре - руки вниз.

2. **«Клен»**

И.П. - ноги на ширине плеч, руки за голову. - Наклоны туловища вправо, влево.

Ветер тихо клен качает, Вправо, влево наклоняет. Раз - наклон и два - наклон, Зашумел листвою клен!

3. **«Лесорубы»**

И.П. - ноги на ширине плеч, руки вверх, пальцы в «замок». - наклоны вперед с глубоким выдохом (все хором произносят: «Бах»).

Лесорубами мы стали, Топоры мы в руки взяли, И руками сделав мах, По полену сильно - бах!

4. **«Ванька-встанька»**

И.П. - основная стойка. - Присесть, руки на колени, голову опустить.

Ванька-встанька! Приседай-ка! Непослушный ты такой, Нам не справиться с тобой!

5. **«На параде»**

И.П. - основная стойка. - Ходьба на месте с высоким подниманием бедра.

Очень дружно наш отряд Строем вышел на парад. Выше ногу, тверже шаг, Как в строю идет солдат!

**Медведь:** Давайте дети прогуляемся по лесу, и вы мне покажете, чем я могу заняться в лесу, но сначала отгадайте загадки, а отгадки найдите на картинках:

Его весной и летом

Мы видим одетым

А осенью с бедняжки

Сорвали все рубашки *(куст, дерево).*

Бегу я как по лесенке По камушкам звеня Издалека по песенке Узнаете меня *(ручей).*

Носит бабка Снежную шапку Каменные бока Закутаны в облака *(гора).*

Хоть у нас четыре ножки

Мы не мышки и не кошки

Мы не кони, хоть на нас

Вы садитесь сотни раз *(скамейка).*

**Медведь:** Молодцы ребята все мои загадки отгадали!

**Ведущий:** А теперь ребята я вас приглашаю в сказочный лес, где нас ждут интересные препятствия, ну что ребята в путь дорогу! Ну, вот ребята перед нами кустики, нам надо аккуратно пройти змейкой вокруг кустиков. Молодцы справились. На пути нам встретилось поваленное бревно, нам надо пройти по бревну и не упасть. Вот мы добрались до высокой горы, нужно чередующимся шагом подняться на неё. А вот и ручей, нам надо перепрыгнуть через него, перед прыжком нужно низко присесть и сильно оттолкнуться двумя ногами помогая взмахом рук, посмотрите ребята, как я это делаю. Вот мы и с вами очутились на поляке. Ребята, посмотрите наш Мишка опять уснул, устал, наверное, находился по лесу, давайте мы его разбудим и поиграем с ним.

Мишка, мишка - лежебока Хватит спать, хватит спать Мы хотим с тобою мишка Поиграть, поиграть Ты веселых ребятишек Догоняй, догоняй Ну-ка Мишка, ну-ка Мишка Нас поймай, нас поймай.

*Дети подходят к Мишке и убегают, Мишка их догоняет.*

**Медведь:**

Вот спасибо, ребятишки

Благодарен детям Мишка

Быть спортсменом я хочу,

И братишку научу ■

Спортом заниматься и в ручье купаться.

**Медведь:** Я для вас приготовил угощенье, угадайте какое.

Домовитая хозяйка,  
Пролетает над лужайкой.  
Похлопочет над кустом  
И поделится .(медком).

*Медведь достает из корзины бочонок с медом и угощает всех.*