Соавторы:

Сулина И.В.- инструктор по ФИЗО

Хорошева Л.П. - воспитатель

**Физкультурный досуг "У солнышка в гостях" для средней группы, ноябрь 2022 г.**

Цель. Упражнять детей в ходьбе по кругу друг за другом, ходьбе на четвереньках, ползании на животе по ограниченной плоскости, подъёме и спуске по гимнастической стенке. Закреплять умение выполнять задания по инструкции педагога. Учить действовать совместно.

Материал и оборудование. Две скамейки (высота 20 см), четыре длинные палки. Скамейка (длина 3 м), гимнастическая стенка, обруч. Изображения солнца, тучи. Игрушки: мышка, ворона, заяц, утка. Аудиозапись музыки.

Предварительная работа. Наблюдение за тучами и солнцем.

Звучит аудиозапись весёлой музыки. В зал входят воспитатель и дети, их встречает инструктор по ФИЗО. Идут по залу друг за другом, выполняя движения по показу взрослого и в соответствии с текстом стихотворения.

Инструктор:

По дорожке мы шагаем. (Идут, высоко поднимая колени.)

Дружно руки поднимаем. (Поднимают руки.)

Через лужу, ручеёк (Ставят руки на пояс.)

Прыг-скок, прыг-скок. (Прыгают с продвижением вперёд)

Инструктор:

 Дети, на улице пасмурно. Солнце уже три дня не показывалось.

- Пойдём солнышко искать. Вы знаете, где оно живёт? (Нет.) Вот мышка на дорожке (воспитатель берет игрушку)). Может быть, она знает, где нам солнышко найти? Давайте подползём к ней и спросим.

Звучит аудиозапись спокойной музыки.

Дети на четвереньках подползают к игрушке.

Инструктор спрашивает:

 Мышка, помоги нам солнышко найти.

Мышка(воспитатель). Не могу я вам помочь. Я по земле бегаю, в небо не смотрю.

Ворона высоко летает, может быть, она знает, где солнышко живёт. За ней бегите, её спросите.

Дети разводят руки в стороны и бегут друг за другом на носочках.

Воспитатель берёт игрушечную ворону, говорит за неё.

Ворона. Высоко летаю, всё вижу, всё знаю. Но где солнышко живёт, не ведаю.

Вот заяц прыгает, у него спросите.

Дети выполняют прыжки на носочках.

воспитатель. Заяц, ты не знаешь, где солнце живёт?

Воспитатель берёт игрушечного зайца, говорит за него.

Заяц. Не знаю, в нашем лесу солнце не живёт. На озере утка плавает. Может быть, она знает, как солнышко найти.

Дети выполняют движения по показу инструктора: идут по залу вперевалку, кладут руки на плечи, поднимают и опускают локти, опускают руки и встряхивают кистями. Подойдя к изображению озера, дети садятся верхом на скамейки-«лодки», берутся за палки, лежащие по обе стороны скамейки, и выполняют

Комплекс упражнений «Догоним утку». (физкультурные досуги в детском саду)

И.п.: сидя на скамейке, руками, опущенными вниз, держатся за палку хватом сверху.

Руки с палкой вверх, вернуться в и.п. (повторить 5-6 раз).

Поочерёдно поднимать вверх правую и левую руки (повторить 6-7 раз).

Движение согнутых рук вперёд-назад (повторить 6-7 раз), вернуться в и.п.

Руки с палкой на коленях, поочерёдно поднимать прямые ноги (повторить 5-6 раз).

Руки в стороны, потопать ногами, вернуться в и.п. (повторить 2-3 раза).

Инструктор: -Утка, ты не знаешь, где солнце живёт?

Воспитатель берёт игрушечную утку, говорит за неё.

Утка. Думаю, солнце живёт там, за высокой горой. Его, наверное, туча на небо не пускает. Чтобы солнышко вызволить, надо по мосту проползти, на высокую гору забраться и убрать тучу.

Каждый ребёнок проползает на животе по скамейке, подтягиваясь на руках, затем залезает на гимнастическую стенку, касается рукой изображения тучи, спускается.

Воспитатель и инструктор страхуют детей. Затем убирает изображение тучи и выставляет изображение солнца.

Инструктор: -Превратилась туча в лёгкое облачко и улетела. А солнце на небо взошло. Всем стало светло и тепло. Давайте для солнышка споём и станцуем.

Песня «Солнышко» (муз.Т. Вилькорейской)

Воспитатель и инструктор:

Мы пустились дружно в пляс. (Встают в круг, берутся за руки.)

Смотрит солнышко на нас. (Идут по кругу.)

Танцевать и я умею. (Идут в обратную сторону.)

В гости к вам приду сейчас. (Идут с притопом, кружатся.)

Заглянуло в детский сад, (Поворачиваются вправо-влево.)

Улыбнулось всем подряд, (Вытягивают руки вперёд.)

Я дарю вам одуванчик. (Хлопают в ладоши.)

Как хорош его наряд! (Встряхивают кистями, идут притопывая.)

Затем подходят к изображению солнца.

Инструктор:

Солнышко благодарит вас. Дети прощаются с игрушками и уходят.

 