

Физкультурный досуг «Вместе весело шагать»

Воспитатель: Шульгина Е.В. (разновозрастная группа «Теремок»)

Задачи:

- формировать у детей обобщенное представление о лете, умение называть её характерные признаки.
- закреплять умение ходить и бегать по кругу, взявшись за руки, вокруг предметов, не задавая их.
- упражнять в умении перешагивать через препятствия, соблюдать дистанцию во время передвижения.
- учить соблюдать правила игры, действовать по сигналу.
- доставить детям удовольствие, воспитывать организованность, умение дружить.

Оборудование: магнитофон, аудиозаписи, 12 мячиков, 6 летающих тарелочек, 3 стойки, 3 игрушки – пищалки, 40 муляжей грибов, 2 корзины (или пакета, 2 гимнастические палки длиной 80 см; обручи диаметром 60 см, мячи диаметром 20 см, призы (*мягкие игрушки*) – по числу детей; 3 скамейки длиной 2 м, 40 флажков.

Ход досуга

Под песню **«Вместе весело шагать»** (муз. В. Шаинского, сл. М. Матусовского) дети в колонне по одному входят в зал и строятся по линии в шеренгу.

Вед: Сегодня мы проводим досуг **«Вместе весело шагать!»** Начнем мы его с разминки.

Разминка с флажками («Кукух», муз. В. Шаинского, сл. В. Малышца; 2 мин 10 с)

«Координация»

И. п. – о. с.

1 – флажки в стороны

2 – флажки вверх

3 – флажки в стороны

4 – и. п.

5 – 8 – то же, флажки вперед (*пов-ть 3 раза*)

«Тук – тук»

И. п. – флажки перед лицом

1 – 4 выполнить четыре **«пружинки»**, стуча древком о древко.

5 – 8 флажки в стороны, локти прижаты к поясу, небольшие наклоны в стороны.

«Гибкость»

И. п. – сед. Ноги вместе, флажки вверх

1 – 2 - наклон вперед, лечь на ноги.

3 – 4 - и. п., махать **флажками**: один вперед, другой назад. (*пов-ть 3 раза*)

«Марионетка»

И. п. – о. с.

1 – правую ногу вправо на носок, правый флажок вправо.

2 – и. п.

3 – 4 то же влево.

5 – 8 – то же вперед. (*пов-ть 3 раза*)

«Петрушки»

И. п. – о. с.

1 – 2 прыжком ноги врозь, флажки в стороны.

3 – 4 – прыжком в и. п. (*пов-ть 5 раз*)

Вед: Мы размялись, а теперь посмотрим, какие наши дети быстрые и ловкие. Проведем конкурсы.

- Конкурсы для детей

«Перенеси мячики»

На противоположные стороны зала кладут летающие тарелочки. В одних лежит по четыре маленьких мячика, другие пустые. Дети встают к пустым тарелочкам и по сигналу переносят мячики в них по два, взяв их правой и левой руками. Кто закончит задание, поднимает руку вверх.



«Пищалки»

Напротив детей расстоянии 3 м стоят стойки с игрушками - пищалки. По сигналу дети прыгают на двух ногах, берут игрушку, поднимают ее вверх и пищат - кто быстрее.

Вед: Вот какие наши дети молодцы! А теперь приглашаем родителей поучаствовать в конкурсах **вместе с детьми**.

- Конкурсы для детей и родителей

«Совместная ходьба»

Мамы ставят детей себе на ноги лицом к залу. По сигналу пару идут до финиша 5м, совместно шагая ногами, - кто быстрее.

«Грибочки»

По залу раскладывают муляжи грибов. Двум мамам с детьми дают по корзине (*пакету*). По сигналу они собирают грибы – кто больше.

«Пролезь в обручи»

Две мамы и два ребенка встают на одной стороне зала. По пути их бега раскладывают по три обруча на расстоянии 1м один от другого. По сигналу пары подбегают к первому обручу, взрослые встают в обруч, а дети поднимают их так, чтобы родители пролезли в них. Мама кладут обручи на пол. Затем так же они пролезают во второй и третий обручи – кто быстрее.

«Лягушки – путешественницы»

Образуются две команды, в каждой – две мамы и два ребенка. Мама берет гимнастические палки за концы. По сигналу один ребенок хватается двумя руками за середину палки, повисает на ней, подогнув ноги. Мама переносят его на другую сторону зала, затем, вернувшись за другим ребенком, переносят – кто быстрее.

Вед: Пусть наши родители немного отдохнут. Музыкальная пауза!

- Музыкальная пауза

«Что такое дети»

(что такое дети» Л. Шахова, А. Рамбольский 2мин 20с)



«Взрослые и дети»

И. п. – стойка ноги врозь, руки в стороны

1 – 3 руки вверх, два раза хлопнуть в ладоши.

4 – и. п.

5 – 7 – руки вниз за спину, два раза хлопнуть в ладоши.

8 – и. п. (*пов-ть 3 раза*)

«Покружимся»

И. п. – то же, руки на поясе.

1 – 3 – поворот кругом вправо переступанием на носках.

4 – и. п.

5 – 8 – то же влево. (*пов-ть 2 раза*)

Вед: Наконец пришла пора – долгожданная игра!

• Игры с родителями

«Лови – бросай, упасть не давай!»

Взрослый и ребенок бросают друг другу мяч снизу двумя руками. Если ребенок хорошо ловит мяч, то расстояние между игроками постепенно увеличивается. Ребенок не должен прижимать мяч к себе. мяч не должен падать.

«Хозяйки и котята»

Мамы – хозяйки – садятся на скамейки, а дети – котята – к ним на колени. Под музыку «котята» бегают по залу, а «хозяйки» пересаживаются на другие места. По сигналу «котята» бегут, ищут своих «хозяек» и садятся к ним на колени. (*пов-ть 2 раза*)

• Заключительный танец с родителями «Ладушки»

Вед: Сегодня вы увидели, как ваши дети подросли стали ловкими и быстрыми. Продолжайте заниматься **физкультурой и вместе играть**. А ребята за свои успехи награждайте призами.

