

Вместе с мамой, вместе с папой с физкультурой дружу

(Физкультурный досуг для детей 3 - 4 лет)



Вместе с мамой, вместе с папой с физкультурой дружу

Оборудование: поролоновые бруски, скамейки, костюм матрешки, маски Огурчика, и волка, мягкие модули.

Ход мероприятия

Дети с родителями входят в зал под музыку и строятся в шеренгу.

Ведущий. Здравствуйте дети! Здравствуйте, уважаемые родители! Мы рады видеть вас в нашем спортивном зале. Если хотите, чтобы ваши дети были здоровыми, крепкими, сильными, выносливыми, веселыми, умелыми, любознательными, счастливыми, приходите чаще к нам на занятия. Мы с удовольствием приглашаем вас в увлекательный мир веселых игр. А сейчас предлагаю вам отправиться на прогулку в лес и посмотреть, кто там живет.

Ведущий. (слышит гудки «Ту-ту, чух-чух, ту-у-у-у»). Ой, что это?

Дети. Паровозик.

Ведущий. Поедем кататься? Садитесь скорее друг за другом каждый в свой вагончик, а мамы и папы – за своими детьми. Колеса проверили? Тормоза? Поехали:

Чух-чух. Пых-чу,
Пых-чу, вор-чу,
Стоять на месте не хочу!
Стоять на месте не хочу!
Коле-са-ми сту-чу, сту-чу,
Коле-са-ми вор-чу, вор-чу!
Садись скорее, прокачу!
Чу-чу-чу! Ту-ту!

На паровозе ехали, до угла доехали,
Сели на машину, налили бензину.
Поехали на машине «змейкой» между препятствиями.

Ведущий. Трр – томози, сдуло колесо. Надо шину накачать. Ш-ш-ш-ш – насос.

Посмотрите, спит котенок,
Мышек чует он с пеленок.
На носочки все встаем.

Тихо, медленно идем.

Ходьба на носочках, руки на пояс.

Ах какие медвежата,
Как веселые котята,
Лезут весело на ствол.

Ходьба на внешнем своде стопы, руки «держат бочку с медом».

Смотрите, кот спит за углом,
Пробежимся бегом.
Если «кошка» крикну я
Приседаем все дружка.

Ой, смотрите – ка, болото.
Вам попрыгать неохота?
Бегал заяц по болоту
И искал себе работу.

Дети прыгают из обруча в обруч.

Обычная ходьба «Спортсмены».

Ведущий. Родители, встаньте парами со своими детьми в рассыпную. У нас разминка.

1. «Деревья ветер гнет».

И. П. – ноги врозь, руки
вверх;
1- наклон вправо, сказать ш-
ш-ш;
2- и. п.
3-4-тоже в др. сторону.

*Ветер тихо клен качает,
Вправо-влево наклоняет.
Раз наклон, два наклон,
Зашуршал листвою клен.*

2. «Кукушка».

И. П. – сед, ноги врозь, руки на поясе;
1- наклон вперед, произнести ку-ку;
2- и. п.

3. «Жук».

И. И. – сидя, руки на пояс;
1- поворот, руки в стороны;
2- и. п.
3-4- то же в др. сторону.

4. «Медведь».

И. П. – лежа лицом друг к другу на вытянутые руки;
1- поднять руки и ноги, р-р-р;

2- и. п.

5. «Филин».

И. П. – о. п.

1- стоя, потянуться руками вверх – вдох;

2- присесть, руки через стороны вниз – «у-гу».

Ведущий.

И кто только не живет у нас в лесу!
Вот на полянке девица живет,
Девица живет да песни поет.
У нее большая ложка,
А зовут ее... (*Матрешка*).

Входит Матрешка (воспитатель или мама ребенка в костюме).

Матрешка.

Я красавица - девица.
У меня еще сестрица.
А как выйдем в целый ряд,
Все на нас так и глядят.

Здравствуйте, гости дорогие. Как вы добрались ко мне?

Ведущий. Со всеми зверьками твоими лесными познакомились. А где же ты здесь живешь?

Матрешка. А вы помогите мне, давайте мы сейчас вместе построим мой дом.

Все встают в круг, поют в хороводе песню «Строим дом» (сл. В. Кукловской, муз. Т. Шутенко).

Матрешка.

Есть у меня огород,
Там капуста растет.
Помидоров столько тут!
И огурчики живут.

Ой, смотрите сколько огурцов на грядке!

Подвижная игра «Огуречик».

Один ребенок (водящий) находится в стороне от всех детей. Играющие, ритмично приседая, приговаривают:



★ *«Огуречик, огуречик, не ходи на тот конечик. Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет».* С окончанием слов дети разбегаются, водящий ловит их.

★ *Правила:* бежать можно только по окончании произнесения слов, водящий ловит до установленного места.

★ **Ведущая.** А у меня, Матрешка, по листу гусеница ползет.

★ **Матрешка.** Где?

★ **Ведущий.** Да вот, смотри (*дети и взрослые протягивают канат и начинают движение*).

★ **Матрешка.**

★ Как люблю своих зайчат,
★ Вот они уже стучат.

★ **Подвижная игра «Зайцы и волк».**

★ Руководитель занятия сообщает детям, что в лесу живут не только зайцы, но и волк и предлагает детям поиграть в другую игру, которая называется " Зайцы и волк ".Он объясняет, что в игре один волк и много зайцев.Волк ловит зайцев, а зайцы убегают.

★ У каждого зайца есть свой кустик- дом - это обруч. Пока волк спит в своем доме - обруче, зайцы на лужайке щиплют травку (имитируют движения) и произносят слова :

★ Зайцы скачут: *скок, скок ,скок ,*
★ *На зеленый на лужок.*
★ *Травку щиплют, кушают*
★ *Осторожно слушают,*
★ *Не идет ли волк?*

★ По команде: "Волк идет! ", из своего домика выбегает волк, а зайцы убегают, каждый в свой домик - обруч.

★ Если зайца поймал волк, то волк его уводит в свой дом .

★ Для того, чтобы отличить зайцев и волка, на голову детям одевают ободки с изображением зайца или волка.

★ Чтобы избежать ссор и обид, водящего - волка, выбирают по считалке.

★ **Матрешка.**

★ Молодцы, малыши!
★ А родители их как хороши!

★ **Ведущий.** Но вот нам уже пора в обратный путь. До свидания, матрешка – красавица!

★

★

★

★

★

★

Матрешка уходит.

Ведущий. Далеко пешком идти, может быть, полетим на самолете?

Завели моторы: «Р-р-р». Полетели высоко, крылья в стороны: «У-у-у».

Приземлились на колени. Вот и домой вернулись.

Все ли дома? Давайте проверим:

- Этот пальчик – дедушка;
- Этот пальчик – бабушка;
- этот пальчик – мамочка;
- этот пальчик – папочка;
- этот пальчик – я.
- Вот и вся моя семья!

Ведущий. До новых встреч! Приходите к нам еще!