

Сценарий физкультурного досуга

«Путешествие маленьких утят»

Младший дошкольный возраст

Подготовила: Емельянова Н.А.
инструктор по ФК
МКДОУ Сортавальского МО
РК ДС № 23,
высшая квалификационная категория

Цель: Формирование у детей интереса к физической активности и здоровому образу жизни через игровые упражнения и сюжетно-ролевые задания, направленные на развитие равновесия, координации, мышечной силы.

Задачи:

- ✓ Учить ходить, сохраняя равновесие;
- ✓ Развивать мышечную силу и координационные способности, снимать эмоциональное напряжение;
- ✓ Воспитывать дружелюбие, организованность.

Материал и оборудование: колечки по количеству детей, резиновые мячи, воротики, рыбки на магнитах, магнитные удочки, ведерко, чупа-чупсы по количеству детей.

Ход досуга:

Утка: И каждый утенок на маму похож
Но детки есть детки, пищат и кричат
И вечно куда-то попасть норовят.
То вымажут хвостик, то в воду нырнут
А то далеко от меня заплывут
Сплошное волнение, ночами не сплю,
Волнуюсь за нашу большую семью.

Ведущая:

Не волнуйся мама Утка
Твои детки здесь сидят
На тебя они глядят.

Утка:

Вот мои утятки, мои желтые ребятки.
Утром солнышко встает
Мама-уточка завет:
«Кря-кря-кря, мои ребятки,
Мои желтые утятки».

Дети встают и подходят к «маме-утке».

Поднимайтесь, просыпайтесь,
И ко мне все собирайтесь.

Дети потягиваются, поднимают руки вверх и встают на носочки.

Утка: А теперь все по порядку

Пойдем к пруду мы на зарядку.

Построение одну колонну.

Утки вперевалочку по дорожке идут.

Крякают считалочку и песенку поют.

Чтобы ножки не замерзли побежали по дорожке. *(движения по тексту).*

Раз-два, раз-два! Кря-кря, кря-кря! *(Хлопают себе по бокам руками).*

Уток дружная семья, раз-два, раз-два!

К пруду идут с утра кря-кря, кря-кря!

Утка: вот мы и пришли с вами к большому и красивому пруду.

Вставайте вокруг пруда свободно, друг другу не мешайте. Чтоб совсем нам не замерзнуть будем делать мы зарядку.

Упражнение «Утенок»

Присед на двух ногах, руки согнуты в локтях, пальцы рук широко расставлены.

«Вышли уточки на луг

Кря-кря-кря. (пружинка, руки в стороны)

Пролетел веселый жук (руки в стороны вниз – машут)

Ж-ж-ж. (говорят дети)

Утята шеи выгибают (дети выполняют движение)

Кря-кря-кря (говорят дети)

Клювом перья расправляют.» (гладят руками бока плавными движениями).

Дальше весело шагают,

Ноги выше поднимают.

Комплекс упражнений «Утята» для профилактики плоскостопия.

1. «Утята шагают к реке»

И.п.: сидя, согнуть ноги, руки в упоре сзади.

Поднимать поочередно носки, не отрывая пятки от пола, вернуться в и.п.

2. «Утята ходят вразвалочку»

И.п.: то же.

Поднимая внутренние своды, опереться на наружные края стоп; вернуться в и.п.

3. «Утка крикает»

И.п.: то же.

Отрывая пятки от пола, развести их в стороны; вернуться в и.п.

4. «Утята учатся плавать»

И.п.: сидя, упор сзади, носки натянуть.

1 – согнуть правую стопу вперед;

2 – разгибая правую стопу, согнуть левую стопу вперед.

Утка: Утятки мои ребятки, а вы хотите в водичке поплавать?

Вы за мной вставайте

И друг друга не перегоняйте.

Утром по водичке, утятки плывут

Плавают, ныряют, здоровыми растут.

Ходьба по кругу, друг за другом, махи прямыми руками за спиной.

Как водица хороша!

Будем плавать не спеша.

Утка:

По водичке мы плывем,

Видим мостик тут.

Все мои утятки,

Под мостиком плывут.

Подлезание под дугу, на четвереньках, высота 50см

Утка: увидела мячики

Ой, мои утятки, жёлтые ребятки.

Давайте с мячиками поиграем, их друг другу покатаем.

ОВД: *Прокатывание мячей в парах друг другу в воротки*

Утка: Ой, утятки поглядите.

Это кто там сидит?

Из-за кустика глядит?

Лиса: Я лисичка, я сестричка

В гости к вам пришла

Вы меня не бойтесь детки

Я сегодня так добра!

Никого из вас не трону

Веселиться буду я!

Утка: Вы хотите утятки с лисичкой поиграть?

Дети: Да, хотим!

Подвижная сюжетная игра «Лиса и утята»

Утка:

1. Мама уточка идет (*Дети-утки идут за мамой*).

За собой утят ведет

Детки с мамочкой шагают

Маму утку догоняют.

2. Травку нежную щипали (*Утята стучать пальчиками по полу*).

Быстро крыльями махали, (*Маашут «крыльями»- ручкам*)и.

Хвостиками повертели,

Отдыхать на травку сели (*Сели на корточками*).

Утка:

А из леса, из лесочка

Вышла хитрая лиса. (*Выходит Лиса*).

Лиса:

Утки, утки, я вас съем!

Утка:

Подожди Лиса, не кушай, (*Дети грозят пальчиком*).

Нашу песенку послушай.

Дети:

Кря-кря-кря. Кря-кря-кря!

Лиса:

Надоело мне вас слушать

Я сейчас вас буду кушать!

Догоняет детей. Игра повторяется два раза.

Лиса:

Не поймала я утят

А есть хочется (гладит животик).

Утка: Ты Лиса не расстраивайся, иди к речке, да налови себе рыбки. Сама покушаешь и утяток угостишь, а то они у меня тоже проголодались.

Лиса берет в руки удочку, ведро и идет к «речке». В «речке» находятся рыбки с магнитиками.

Лиса: Ловись рыбка большая и маленькая!

Ловит рыбок и кладет в ведро. В ведре лежат рыбки, на которых приклеены конфетки.

Лиса: Вот сколько я рыбок наловила! Угощайтесь, утятки! (угощает детей).

Утка: Спасибо Лиса за угощение. А нам утяткам пора возвращаться домой.

Становитесь все за мной

Дружно мы пойдем домой.

Дети выходят из зала.