Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

детский сад «Ласточка»

**КОНСПЕКТ**

**ФИЗКУЛЬТУРНОГО РАЗВЛЕЧЕНИЯ**

***"Приключения зайчат"***

***Инструктор: Соявец Л.М.***

С. Кыштовка.

2018 год

**Цель:** создание веселого настроения.  
**Задачи:** упражнять детей в ходьбе и беге;   
совершенствовать навыки ползания и прыжков;   
продолжать расширять знания детей о природе;   
доставить детям чувство радости.  
Оборудование: кегли (6 шт.); дорожка (ширина 20 см); гимнастические палки (6 шт.); веревка, натянутая между двумя стойками; четыре кольца, привязанные к веревке на разной вы¬соте, пенек (высота 20 см) для ориентира, стульчик, игрушечный мишка.

**Ход досуга**

*Дети под музыку входят в спортивный зал и строятся в круг посередине зала.*  
**Ведущий:** Ребята, сегодня утром вдруг раздался зво¬нок телефона. Вы знаете, кто мне звонил? Мишка косолапый! Он очень просил, чтобы мы пришли к нему в гости. Пойдём? Только дорога в тот лес трудная, поэтому мы должны хорошо подготовиться.  
Для начала отгадайте мою загадку: Длинное ухо, комочек пуха.  
Прыгает ловко, любит морковку.   
*Ответы детей:* зайчик.  
**Ведущий:** Правильно, это зайчишка. Вот сегодня мы с вами и превра¬тимся в зайчиков. Согласны? Закройте глазки. Раз, два, три - зайчиками стали мы! Открывайте глазки. Вы теперь зайчишки.   
*Дети одевают маки "зайчики".*  
**Ведущий:** а теперь немного разомнемся перед тем как отправится в путь.  
  
**1. «Подготовим ручки».**  
И. п. - основная стойка.  
1-2 показали раскрытые ладони;  
3-4 - и. п. (4 раза).  
  
**2. «Подготовим спинку».**  
И. п. - ноги врозь, руки за спиной.  
1~2 - наклон вперед, руки на колени, сказать «вот»;  
3-4 - и. п. (4 раза).  
  
**3. «Подготовим ножки».**  
И. п. - сидя, руки в упоре с боков, голову приподнять.  
1-6 - согнуть ноги в коленях, потопать;  
7-8 - и. п. (2 раза).  
  
**4. «"Сдуем листочек с ладошки"**   
упражнение на дыхание» (2 раза).  
  
**Ведущий:** Вот теперь мы готовы идти в лес в гости к Мишке. Я уже говорила, что дорога в тот лес очень трудная.  
Придется нам и под деревьями проползти, и по мостику пройти, и по камушкам попрыгать. Готовы? Вперёд! Мишка нас ждёт.  
1. «Осторожно зайчики идут, оглядываются по сторонам».  
*Мягкая ходьба друг за другом с поворотом головы вправо, влево.*  
  
2. «Знакомую тропинку в траве ищут».  
*Ходьба с наклонами.*  
  
3. «Вот услышали какой-то шум, испугались, побежали».  
*Бег «змейкой» между кеглями.*  
  
4. «Наконец на узкой тропинке следы отыскали».  
*Бег по узкой дорожке (ширила - 20 см).*  
  
5. «Затих шум, зайчики успокоились и побежали к деревне»  
*Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.*  
  
6. «Через сухие ветки перепрыгивают».  
*Прыжки через шесть лежащих на полу гимнастических палок.*  
  
**Ведущий:** Вот мы и пришли к Мишке и принесли ему в подарок мячик. *(Игрушечный медведь сидит на стульчике.)*Мишка говорит, что он очень рад нашему приходу и хочет по¬играть с вами и со своим новым мячиком.  
  
**Игра «Передай мяч».**  
Дети передают мячик друг другу, стоя в кругу, а «медведь» «догоняет».  
  
**Ведущий:** Мишка говорит, что ему очень понравилось играть с вами, и приглашает вас ещё приходить к нему в гости. Скажем Мишке «до свиданья» и позовем его тоже в гости.  
Вот какие зайчики молодцы! А теперь пора опять превращаться в ребят.  
Закройте глазки. Раз, два, три - снова ребятки мы. И стали вы опять ребятками. Пора домой!  
*Дети выходят из зала под музыку.*