

Физкультурный досуг в средней группе «Усатый-полосатый»



Воспитатель: Столярова Елена Павловна

**Ст.Оградная
2017 год**

Программные задачи:

- развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, ловкость;
- создать у детей радостное настроение.
- воспитывать дружественные отношения со сверстниками.

Оборудование: маленькие мячи по количеству детей, корзина, металлофон.

Ход.

В корзине лежат маленькие разноцветные мячи. Дети построены по кругу.

- Посмотрите, сколько красивых мячиков у нас.
- А кто любит играть с мячиками(клубочками)? (*котята*)

Металлофон, позвони, Всех в котят преврати.

- Вот мы с вами превратились в маленьких котят.

И поиграем с яркими клубочками.

- Вот вы и котятки, весёлые ребятки.

Перестроение в колонну по одному, обычная ходьба, на носках (*охотимся за мышкой*) ползём на коленях (как котята, бег, врассыпную, ходьба врассыпную, становиться около клубочков).

ОРУ: с мячами

1 «Подбрось и поймай двумя руками»

ИП: о. с., мяч в обеих руках, опущенных вниз

В: приготовить согнутые руки в локтях, подбросить мяч и поймать его.

2 «Прокати мяч вокруг себя»

ИП: ноги на ширине плеч, мяч в руках, опущенных вниз.

В: наклон вперед, вниз, прокатить мяч вокруг правой, затем левой ноги.

3 «Повороты с мячом»

ИП: ноги на ширине плеч, мяч перед грудью.

В: поворот вправо, влево, вытянуть руки в ту же сторону.

4 «Подтянемся»

ИП: о. с.

В: поднять мяч вперед, подняться на носках.

5 «Спрятались»

ИП: о. с.

В: присесть около мяча, обхватить колени руками, голову спрятать.

6 «Прыжки на двух ногах около мяча.

Игровое упражнение: «*Попади в корзину*» - метание в корзину мяча правой и левой рукой снизу

- Вот и собрали мы для мамы кошечки все клубочки.

Подвижная игра «Самый ловкий котёнок».

Дети бегают по кругу под бубен.

Когда бубен останавливается нужно быстро взять игрушку.

В конце остаётся самый ловкий котёнок.

Подвижная игра «Котята и щенята»

Цель: развивать ловкость ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

Играющих делят на котят и щенят. Котята находятся с одной стороны площадки, щенки в стороне.

Воспитатель предлагает котятам побегать легко, мягко. На слова: «*Щенята*» - котята быстро бегут в домики. Игра проводится 4-5 раза.

А теперь закрывайте глазки *«металлофон позвони всех в ребяток преврати»*

Подвижная игра: «Мы веселые ребята».

Выбираем ловишку. Остальные ребята собираются на другой стороне площадки и хором произносят:

Мы, веселые ребята,

Любим бегать и скакать.

Ну, попробуй нас поймать!

Раз, два, три лови!

После слова *«лови!»* ребята перебегают на противоположную сторону площадки.

Водящий должен поймать кого-либо из бегущих. Пойманный садится на стульчик.

Затем дети снова читают стихи и перебегают площадку в обратном направлении.

После 2-3 попыток подсчитывают, сколько детей поймано, выбирают нового водящего и игра продолжается.

-Вот как весело играли.

-Вам понравилось?

Приложение №1





