муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 46

**Физкультурный досуг в группе дошкольного возраста (3-4 лет)**

**Тема: *«Путешествие в зимний лес»***

 **Автор-составитель:**

 **Розина Анастасия Игоревна,**

 **воспитатель детского сада № 46**

**г. Рыбинск**

**Цель:** создание бодрого, радостного настроения, стимулирование активности каждого ребенка, с учетом его индивидуальных возможностей.

**Задачи:**

1. Упражнять детей в ходьбе, высоко поднимая ноги, в ходьбе на четвереньках, по массажным дорожкам, метанию *«снежков»* в вертикальную цель.

2. Развивать умение выполнять ходьбу в сочетании с другими видами движений.

3. Закреплять умение выполнять задание по инструкции педагога, соблюдать правила в подвижной игре: начинать движение по сигналу, выполнять движения согласно тексту игры.

4. Помочь детям разрешить проблемную ситуацию.

5. Способствовать развитию подвижности в суставах, ориентировки в пространстве, быстроты, равновесии.

6. Способствовать развитию положительных эмоций.

**Оборудование:** массажные дорожки, елочка, герои: зайчик и мишка, *«снежки»*, веревочка, изображение тучки и солнца для метания *«снежков»*.

**Ход занятия:**

1 вводная часть:

**Воспитатель:** Здравствуйте ребята. Скажите какое сейчас время года? (Зима). Какая погода зимой? (Холодная, морозная, снежная). Как нужно одеваться зимой, чтобы не замерзнуть? (Тепло, нужно надевать шапку, куртку, рукавички). Хотите отправится на прогулку по зимнему лесу? Как думаете, кого можно встретить зимой в лесу? Сейчас мы это и узнаем.

**Комплекс общеразвививающих упражнений «Лесная зарядка" (музыка КотеТВ - зарядка):**

На дворе у нас мороз.

Мерзнут щеки, мерзнет нос.

Это зимушка – зима снег и холод принесла.

Но наши ребята не боятся мороза, и смело пойдем гулять – путешествовать по зимнему лесу.

-раз-два, три-четыре.

Три-четыре, раз и два!

На полянке, на опушке начинается игра!

Раз-два, три-четыре-пять! Дружно будем мы шагать!

Выше ноги поднимать.

-Быстро бегают зайчишки, озорные шалунишки!

- А теперь крадется волк- страшный волк- зубами щелк.

- Ну а мишка косолапый широко разводит лапы.

- Вот идут наши ребята - настоящие лисята.

Хвостиком виляют, следы заметают.

На носочках ходят ловко, будто лисонька плутовка.

Рядом белочки резвятся- прыгают и веселятся.

(Дети маршируют друг за другом по кругу. Бегают на носках. Ходят на носках, подражая волку. Идут вперевалочку как мишки. Дети передвигаются плавно как лисята. Прыгают на двух ногах.)

2 часть основная

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, ёлочка стоит, давайте встанем на четвереньки, подползем к ёлочке и заглянем. Кто же там спит!

- На опушке леса- елка,

А под елкой кто-то спит.

Кто-то сладко

так сопит.

Дети к ёлке подползут

И кого же там найдут?

-кто же это дети?- мишка.

Давайте дружно разбудим мишку, скажем - «Мишка, поскорей вставай,

С нами, Миша, поиграй!»

**Игра *«Догонялки с Мишкой»*.** **(музыка «По тропинке»)**

**Мишка:** Рад бы дети я проснуться, но без солнышка так грустно. Пойдемте солнышко спасать, из-за тучки доставать.

**игра на метание в цель: "Попади снежками в тучку".**

**Воспитатель:** Ребята, вот мы и к тучке подошли, давайте её разгонем и спасем наше солнышко. Берите снежки, и метайте прямо в тучку. *(дети бросают снежки в изображение тучки 3-4 раза)*.

Превратилась туча в легкое облачко и улетело, а солнце на небо взошло - всем стало светло и тепло.

**Мишка:** Я очень рад солнышку и спать уже не хочется. А где же мой друг зайчик? Ой, слышите, кто это нас на помощь зовет.

Это наш зайка прыгал и скакал и в овражек он упал.

Надо зайку выручать из оврага доставать.

Но на пути крутая горка,

Эй, шагай смелей Егорка.

*(Ходьба по массажерным дорожкам)*

**Мишка:** Вот и заинька в овражке,

Как же заиньку достать? *(зайчик в обруче, рядом–веревка, мяч, палка)*.

Предложения детей.

Конечно, нам поможет веревка. (Кидают зайцу веревку)

-Зайчик держись за веревку, ребята тебя вытянут из оврага.

**Заяц:** Вот спасибо ребятишки!

Как вы помогли зайчишке!

В благодарность я за это хочу с вами поиграть.

**Игра «Зайка серенький сидит» (Музыка «Зайка серенький сидит»)**

**Воспитатель:** Но кончается прогулка

Возвращаться нам пора

Мы опять вернемся в садик,

Ждет нас новая игра.

-давайте пригласим Мишутку и Зайку к нам группу посмотреть как мы живем и погреться.

(Заяц и Мишка провожают детей в группу)

**Рефлексия.**