МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 6 г. ТАТАРСКА

**«Лиса и журавль»**

**(физкультурный досуг)**

 Зайцева Наталья Васильевна

 II квалификационная категория

2012 г

**Физкультурный досуг «Лиса и Журавль».**

**Цель:** способствовать оздоровлению детского организма.

**Интеграция образовательных областей:**

**«Социализация»:**

1. формировать добрые взаимоотношения между взрослым и детьми и, между сверстниками. 2. воспитывать желание быть здоровым.

**«Коммуникация»:** 1. стимулировать развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться.

**«Познание»:**

1.Расширить кругозор и словарный запас детей, дать первоначальные математические представления и экологические знания, обогатить знания детей о собственном теле, о животных.

 **«Художественное творчество»:**

1.Активизировать творческую активность, фантазию и воображение, через нетрадиционную технику рисования на крупе.

**«Безопасность»:**

1.Отработать необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. 2.Подготавливать детей к правильному выполнению упражнений: формировать правильную осанку.

**«Здоровье»:** 1. Развивать умение правильно выполнять дыхательные упражнения, самомассаж.

2. создать положительные эмоциональные состояния, воспитывать уверенность в себе.

**«Музыка»** 1. Создать положительный эмоциональный настрой от активного участия в совместной деятельности и игре.

**«Физическое развитие»:**

1.Укреплять и развивать кисти рук, руки. 2. Развивать силу мышц.

 **«Труд»:**

1.Приобщать детей к продуктивной деятельности: рисование, аппликации, лепки, конструировании, к трудовой деятельности.

Оборудование:

1.РНС «Лиса и журавль»;

2. журнал «Воспитатель ДОУ» № 2/ 2009 год;

 3.Музыкальное обеспечение: аудиосредства;

4. шапочки героев сказки, кочки из картона, капельки, игрушка – жук;

5. коробочки с крупой;

***Речевое общение к детям:***

Ребята, вы знаете, что

Много сказок есть на свете,

Очень все их любят дети.

Сказка в книге есть одна

Про Лису и Журавля.

Воспитатель: Ребята, хотите со мной пойти в гости на болото к Журавлю и Лисе? Чтобы не только послушать сказку, но и поиграть. Тогда вставайте друг за другом и пойдем в гости.

(Дети с воспитателем идут под музыку).

Вот и пришли. Вставайте на кочки.

Жили – были Лиса и Журавль. Журавль жил на болоте и любил делать каждое утро массаж, а Лиса по утрам гуляла по лесу. Ходит по лесу Лиса, щурит рыжие глаза. Всюду хитрая лисица ищет, чем ей поживиться. Но ничего не нашла и решила научиться у Журавля делать массаж, чтобы стать здоровее и красивее. Давайте, мы покажем как надо выполнять самомассаж.

**Практическая деятельность: Самомассаж «Ладошки».**

Дети стоят; ноги на – ширине ступни, руки внизу.

Вот у нас игра какая:

Хлоп ладошка. Хлоп другая! Хлопки в ладоши.

Правой левую ладошку

Мы пошлёпаем немножко. Шлёпки по левой руке.

а потом ладошкой левой

Ты хлопки по громче делай. Шлепки по правой руке.

А потом, потом, потом

Даже щечки мы побьём. Легкое похлопывание по щекам.

Вверх ладошки!

Хлоп, хлоп, хлоп! Хлопки над головой.

По коленкам – шлёп, шлёп, шлёп! Хлопки по коленам.

По плечам теперь похлопай! Шлепки по плечам.

По боком себя пошлёпай.

Шлепки по бокам.

Можем хлопнуть за спиной.

Хлопаем перед собой!

Шлепки по спине и груди.

Справа – можем. Слева – можем!

И крест – накрест руки сложим!

Поколачивание по груди.

И погладим мы себя,

Вот какая красота!

Поглаживание по рукам, груди, бокам.

**Воспитатель:**

После массажа Лиса стала такой доброй да весёлой. Что даже с зайцами захотела поиграть. Ребята, давайте научим зайчат массировать свои стопы, чтобы они ещё быстрее от лисы могли убежать.

**Практическая деятельность: Массаж стоп**.

1.Мы шагаем по дорожке, будем двигать пальцы – ножки.

(Дети садятся на пол, ноги вместе, попеременно двигают стопами вперед – назад.)

2. Вправо – раз, влево раз! Повторяем ещё раз! Вправо – раз, влево – раз! Вот как весело у нас! (Синхронно двигают стопами вправо – влево.)

3. А теперь покрутим споты, чтобы легче было топать. Внутрь слегка их поверни и наружу заверни!( Поворачивают стопами внутрь – наружу.)

4. Девочки и мальчики шевелите пальчики. (Шевелят пальцами.)

4. А теперь мы дружно встанем и потопаем ногами. (Топают ногами по полу.)

**Воспитатель:** Пока мы делали массаж стоп, Журавль решил половить лягушек. Поможем ему.

**Разминка «Журавля».**

Друг за другом встали – Дружно зашагали. (Ходьба в колонне).

Длинноногий Журавель

По болоту ходит.

Длинноногий Журавель

Лягушаток ловит. (Ходьба с высоким подниманием колен).

А весёлые лягушки

Держат ушки на макушке.

Прыгают на носках вперед.

И Журавлю не поддаются.

А теперь весело шагают, лапы поднимают.

А Журавль, а Журавль

Крылья расправляет. (Плавный подъём, руки вверх, делая вдох через нос. Затем медленно опустить через стороны руки, выдох через рот).

Клюв вверх поднимает.

В небо посмотрел,

Быстро полетел. (Бег на носках).

Вот на землю опустился. (Сели).

Вправо, влево поклонился. (Повороты вправо – влево с взмахом рук в медленном темпе для успокоения дыхания).

Очень трудно так стоять,

Ножку на пол не спускать. (Стойка на одной ноге, руки развести в стороны).

И не падать, не качаться, За соседа не держаться.

**Воспитатель: (**дети построились в шеренгу).

И вдруг к Журавлю подлетел Жук.

Куда жук полетит, туда ваши глаза посмотрят, а голова поворачиваться не будет.

**Гимнастика для глаз «Жук».**

К журавлю Жук подлетел,

Зажужжал и запел: «Ж – ж -ж».

Вот он вправо полетел –

Каждый вправо посмотрел.

Вот он влево полетел –

Каждый влево посмотрел.

Жук на нос хочет сесть, Не дадим ему присесть.

Жук, вот правая ладошка,

Посиди на ней немножко.

Жук, вот левая ладошка,

Посиди на ней немножко. (Дети поочередно вытягивают вперёд правую и левую руки, смотрят на ладошку, затем встают на ноги, тянуться вверх на носочках и хлопают в ладоши, медленно опуская руки).

Жук не приземлился,

Зажужжал и закружился: Ж – ж- ж.

жук наверх полетел

И на потолок присел.

На носочки мы привстали,

Но жука мы не достали.

Хлопнем дружно – хлоп – хлоп – хлоп,

Чтобы улететь он смог – «ж-ж-ж».

**Воспитатель:** Пока наш Журавль наблюдал за Жуком, маленькие лягушата вышли поиграть. Хотите с ними поиграть? Лягушки любят играть с песком и рисовать. Давайте и мы нарисуем, то, что я буду говорить. (Дети идут друг за другом к озеру и садятся на колени).

На лошадке ехали.

До угла доехали.

Сели на машину.

Налили бензину.

На машине ехали

до реки доехали.

Трр– р стоп, разворот.

На реке пароход.

Пароход не везёт.

Надо сесть в самолет.

Самолет летит, в нем мотор гудит.

(Рисование на крупе, рисуются пальцем предметы, рассказывается стихотворение).

**Воспитатель:** Пока наш Журавль чистит крылышки, лягушата решили устроить концерт.

**Дыхательное упражнение «Лягушка».** (Дети стоят: ноги на ширине ступни, руки опущены вниз.)

Мы лягушки- квакушки, квакаем, стараемся. «Ква – ква - ква».

(Глубокий вдох через нос – задержка дыхания, быстрый выдох ртом с произношением слова «ква»).

Громче: «ква», тише «ква».

После концерта лягушки пошли и встали в кружок ловить комаров. А комары хитрые: не боятся никого, только кусаются. Давайте и мы поймаем комара!

**Игра на внимание «Комарик».**

Куда сядет комарик , то место и покажите. Комар маленький, голос у него тоненький. Покажите, как звенит голос комара. Все произносят «з-з-з», (3 раза). Комар запищал и на нос сел, голову, ногу и т.п.

**Воспитатель:** Поохотились лягушата на комаров и стали их есть.

**Пальчиковая гимнастика** «Лягушата». (дети сидят по- турецки вокруг озера и выполняют пальчиковую гимнастику)

1 Четверо лягушат на пне сидят и вкусных комаров едят.

2 Ням –ням – ням.

3 Вдруг – в лужу один нырнул, в теплой воде заснул.

4 А трое лягушат вкусных комаров едят.

5 Ням- ням- ням.

6 Вдруг – в лужу один нырнул, в теплой воде заснул.

7 А двое лягушат вкусных комаров едят.

8 Ням-ням-ням.

9 Вдруг – в лужу один нырнул, в теплой воде заснул.

10 Последний все сидит и на комаров глядит.

1,4,7,10 – пальцы растопырены, раскачиваются из стороны в стороны.

2,5,8 – с силой выбрасываем руки вперед, то над головой, выполняя «хватательные» движения (кулачки – сжимаем - разжимаем).

3,6,9 – наклоняемся вниз, руки кладём под щёку, закрываем глаза.

**Воспитатель:** Лиса захотела тем временем пригласить к себе в гости Журавля и стала его кашей угощать, а сама размазала по тарелке – никак Журавлю кашу не попробовать. Старался он, старался, а всё равно ничего ему не досталось. Лиса всю кашу сама съела. Обиделся Журавль и ушел к себе на болото. (Показ сценки).

Вышел месяц молодой,

Осветил болото.

Журавль ходит – бродит над водой,

Грустный, почему – то.

Но знаешь ты, и знаю я –

Всем на свете нужны друзья!

 **Воспитатель:** Ребята, что нужно сделать, чтобы Журавль не обижался на Лису? А что ещё нужно сделать, чтобы Журавль и Лиса как и прежде дружили?

Давайте, ребята пригласим Журавля и Лису с нами потанцевать, может быть они помирятся!

Становись скорее в круг!

Слева – друг и справа – друг!

**Исполняется «Повторялка» (Танец с движением).**

**Воспитатель: (**дети в кругу**)**

Мы разминку, массаж выполняли. Играли, рисовали и немного мы устали.

Дети ложитесь на ковер: на спину, руки вдоль туловища, глаза закройте.

**(Звучит расслабляющая музыка.)**

В.: Ходит сказка по домам.

По высоким теремам.

Жди её – глаза закрой:

Сказка мудрая придет,

Сердце доброе найдет.

Нам хорошо, нас греет солнышко, мы отдыхаем и мы становимся сильными и здоровыми. Отдохнули мы друзья, встали все на ноги. А Журавль и Лиса , что – то хотят нам сказать.

**Лиса и Журавль:**

Воздух, спорт и витамины – всем нужны на свете.

Свой подарок витаминный

На здоровье дарим всем. (дарят витамины).

**Воспитатель**: Спасибо Лиса и Журавль. ( Дети тоже благодарят).

Пора возвращаться в детский сад.

(Дети под музыку идут по кругу).

Вот мы и в детском саду. Подойдите ко мне. Посмотрите - что это? А какие круги? На что похоже?

Возьмите в одну руку большой круг, который будет означать, что вы справились с заданием или вам всё понравилось, а в другую руку маленький круг, который означает, что вам ещё трудно выполнять задание и не всё понравилось. А теперь слушайте внимательно и отвечайте с помощью капелек.

В.: 1. У кого получалось сделать разминку, чтобы быть здоровыми и красивыми?

2. Кому понравилось учить зайчат делать массаж стоп?

3. Кто из вас рисовал на песке лучше, чем лягушки?

4. А кому понравилось мирить Журавля и Лису?

В.: Ребята, давайте мы будем всегда дружными и заниматься физкультурой,

чтобы быть счастливыми и здоровыми.

Спасибо!