

# Конспект физкультурного развлечения «Поиграй с Медведем».

**Автор:** Аверина Вера Ивановна.

**Цель:** Популяризация здорового образа жизни. Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в подвижных играх

**Задачи:**

*Образовательные:*

- Закреплять навыки детей в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд.

*Развивающие:*

- развивать у детей координацию движений, ловкость и быстроту реакции.

*Воспитательные:*

- Воспитывать чувство симпатии к товарищам; умение играть вместе;

- Воспитывать осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.

*Материал к занятию:* детский костюм медведя, обручи по количеству детей; игрушки медведя и зайца.

**Ход развлечения:**

В лесу, (спортивном зале) детям встречается **Медведь**.

**Медведь:** Здравствуйте, девочки и мальчики! Мне сегодня, сорока на хвосте принесла, что люди празднуют День Здоровья? А что такое здоровье я не знаю? Объясните мне, друзья! (дети отвечают). А я ничего такого не знаю и ничего не делаю.

**Я немного толстоват,**

**Я немного косолап.**

**Но поверьте мне, ребята,**

**В этом я не виноват!**

И я не знаю, что такое зарядка. Покажите мне, пожалуйста.

**Импровизированные упражнения на мышцы рук и ног** (по показу детей) 2 минуты.

**Медведь:** Ох-ох-ох! Я уже устал, ребята! Пойду, немного посплю. (Медведь засыпает).

**Подвижная игра «У медведя, во бору» (2-3 раза),**

*(роль медведя исполняет ребенок.)*

Дети располагаются на одной стороне площадки. Медведь находится поодаль, он спит. Дети идут и произносят слова:

**У медведя, во бору,**

**Грибы, ягоды беру.**

**А медведь не спит,**

**Он на нас рычит.**

После этих слов медведь просыпается и догоняет детей. Для усложнения можно заменить ходьбу другими движениями (прыгать на двух ногах, идти «лошадкам» и т.д.)

**Медведь:** У меня в лесу есть очень хороший друг. У него длинные ушки, короткий хвостик и он очень веселый. Кто это? (зайчик) А вы умеете скакать, как зайчики?

### **Элементы эстафеты «Кто быстрее»**

Дети строятся в две колонны. Перед ними кладутся 4-5 обручей. По команде детей «Раз, два, три, начни!» первая пара прыгает на двух ногах как зайчики через обручи и останавливается за веревкой, положенной за обручами. Педагог отмечает. Кто из малышей первый выполнил задание, все остальные дети награждают их своими аплодисментами. Так все пары выполняют задание.

**Медведь:** Ну, вы меня порадовали. Какие вы молодцы! За это я поиграю с вами в мою любимую игру, которая нравится моему другу-зайчику.

### **Подвижная игра «Медведь и зайцы» (2-3 раза)**

На площадке разложены обручи. Дети-зайчики прыгают по площадке на двух ногах, Медведь спит в берлоге. Как только он просыпается, зайчики прячутся в своих норках. Медведь: А давайте поиграем в игру — кто кого догонит зайчик медведя или наоборот.

### **Подвижная игра (малой подвижности) «Догони» (2-3 минуты)**

Дети стоят в кругу, им дается игрушка медведя. Они должны передавать его друг другу по кругу. Следом пускается игрушка Зайчика, которая передается в ту же сторону. Дети должны передавать игрушки так, чтобы одна из них догнала другую.

**Медведь:** Как мне весело с вами! И самое главное, я понял, что — надо заниматься физкультурой, чтобы быть ловким и смелым, быстрым и выносливым! А вы, ребята, любите заниматься физкультурой? (да). Вот за это вас хвалю я. Пойду, расскажу всем зверям в лесу, какой это хороший праздник. Ой, забыл, как он называется. Дети подсказывают — День Здоровья. До свидания, друзья!