

По тропинке, по дорожке
Будут прыгать наши ножки

А теперь давайте в месте мы устроим бег на месте.

Вдох и выдох, наклонились
Всем спасибо, потрудились!
Воспитатель: Молодцы ребята.

А теперь вставайте на наши коврики
Дети: По тропинке мы шагаем
Выше ноги поднимаем.
Вот как хорошо идти
Нам со всеми по пути!
Дети шагают по мягким подушечкам, коврикам.

Ребята посмотрите выглянуло солнышко давайте попробуем
дотянуться до его лучиков.

(Воспитатель держит игрушку-солнце на уровне вытянутой
руки, дети пытаются достать)

Дети: Солнце встало за окошком,

- Оборудование и материалы.
По периметру группы разложены массажные коврики, «дорожки здоровья и т.п.», игрушка-бикс на каждого ребенка:
- шишки еловые

- массажные мешочки

- «Бабочки» - пособия

Воспитатель: День особенный у нас

День здоровья! Без прикрас!

Будем мы и веселиться:

Будем многому учиться:

Ходят часики вот так!

На одной ноге как цапля,

Постоим сейчас, ребята.

Надо ножку поменять

И на другой теперь стоять.

Будем вместе приседать – 1;2;3;4;5



- Как здоровыми всем быть.

Дети встают в круг и выполняют логоритмические упражнения

Дети: Вот проснулся глазик, а за ним другой
Будем просыпаться всей семьей.
Дружно за руки возьмемся
И друг другу улыбнемся.

Руки выше поднимаем,
А потом их опускаем.

Чтоб была красивой спинка
Надо сделать нам разминкуит
Руки в сторону, по швам
И согнулись пополам.

Друг на друга поглядим
И все снова повторим

Тик-так, тик-так

- По тропинке, по дорожке
Будут прыгать наши ножки

А теперь давайте в месте мы устроим бег на месте.

Вдох и выдох, наклонились
Всем спасибо, потрудились!
Воспитатель: Молодцы ребята.

А теперь вставайте на наши коврики
Дети: По тропинке мы шагаем
Выше ноги поднимаем.
Вот как хорошо идти
Нам со всеми по пути!
Дети шагают по мягким подушечкам, коврикам.

Ребята посмотрите выглянуло солнышко давайте попробуем дотянуться до его лучиков.
(Воспитатель держит игрушку-солнце на уровне вытянутой руки, дети пытаются достать)
Дети: Солнце встало за окошком,
Протяни к нему ладошки.
Ребята все мы знаем, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

- Воспитатель: Смотрите кто там притаился на тропинке?
Дети: Белочка (игрушка)
Воспитатель: А что у белочки в корзинке
Дети: Шишки.
Воспитатель: Давайте возьмем каждый по шишке и покатаем их в своих ручках.
Дети: Шишки, как ежики колючие,
Массируют деткам ручки.
Дети шагают по мягким подушечкам, коврикам.
А еще белочка приготовила нам волшебные мешочки.

Дети берут мешочек кладут на голову и продолжают идти повторяя
Кто правильно мешочек на голову кладет,
И у кого спина прямая,»Его до цели донесет»

- Воспитатель: Все препятствия прошли
И на полянку мы пришли.
Долгим оказался путь,
Нужно всем нам отдохнуть.

-Ребята, отгадайте мою загадку:
Спал цветок и вдруг проснулся –
Больше спать не захотел.
Шевельнулся, встрепенулся,
Взвился вверх и улетел.

Вот и бабочки летают,
В воздухе легко порхают.
Вы на них подуйте;
Бабочки, танцуйте.
Дети: бабочка (берут «бабочек»).

Дети выполняют дыхательную гимнастику, дую на бабочек.

Надо отправляться назад
Мы с вами пойдём по той же дорожке,
по которой шли сюда.
По тропинке мы шагаем
Выше ноги поднимаем
Вот как хорошо идти
Нам со всеми по пути!

Конспект физкультурного досуга

