



**КОНСПЕКТ  
ФИЗКУЛЬТУРНОГО ДОСУГА  
ДЛЯ МЛАДШИХ ГРУПП**

«В ГОСТИ К МИШКЕ»

# ЦЕЛЬ:

- 1. РАЗВИВАТЬ ОСНОВНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА ДЕТЕЙ (СКОРОСТЬ, КООРДИНАЦИЮ ДВИЖЕНИЙ, ЛОВКОСТЬ, ВЫНОСЛИВОСТЬ)**
- 2. ВОСПИТЫВАТЬ ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТЬ, НАСТОЙЧИВОСТЬ, ЧУВСТВО СПЛОЧЕННОСТИ;**
- 3. ДОСТАВИТЬ ЧУВСТВО РАДОСТИ.**

# ЗАДАЧИ

- **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ:** УЧИТЬ ХОДИТЬ ЗМЕЙКОЙ, ПОЛЗАТЬ НА ЧЕТВЕРЕНЬКАХ, ХОДИТЬ НА ПОВЫШЕННОЙ ОПОРЕ СОХРАНЯЯ РАВНОВЕСИЕ;
- **ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ:** РАЗВИВАТЬ МЫШЕЧНУЮ СИЛУ И КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ, СНИМАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ, СОДЕЙСТВОВАТЬ РАССЛАБЛЕНИЕ ВСЕХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ И ДРУГИХ МЫШЦ ОРГАНИЗМА;
- **ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ:** ФОРМИРОВАТЬ УМЕНИЕ ВЫПОЛНЯТЬ ДВИЖЕНИЯ ОСОЗНАННО, БЫСТРО, ЛОВКО, КРАСИВО. ВОСПИТЫВАТЬ ДРУЖЕЛЮБИЕ, ОРГАНИЗОВАННОСТЬ.

К НАМ ИЗ ЛЕСА, ИЗ ТУМАНА ПРИЛЕТЕЛА  
ТЕЛЕГРАММА:  
«ОЧЕНЬ СКУЧНО МНЕ В ЛЕСУ, В ГОСТИ ВАС К СЕБЕ  
ЗОВУ. МИШКА»

В ЛЕС ПОЙТИ ВСЕ ВМЕСТЕ МОЖЕМ И МЕДВЕДЮ МЫ  
ПОМОЖЕМ! И В ОСЕННЕМ МЫ ЛЕСУ РАЗВЕЕМ  
МИШКИНУ ТОСКУ! ДОРОГА ДЛИННАЯ НАС ЖДЁТ  
ЧЕРЕЗ БОЛОТО И РУЧЕЙ, МЕЖДУ ЁЛОК И БЕРЁЗ.

### 1. «ЛЕСНАЯ ДОРОГА»

ХОДЬБА «ЗМЕЙКОЙ» МЕЖДУ  
ПРЕДМЕТАМИ. ХОДЬБА ПО  
ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СКАМЕЙКЕ.  
ПРОЛАЗАНЬЕ ПОД БАРЬЕРЫ.



**II. ВЕСЕЛАЯ ЗАРЯДКА:**  
ЗАРЯДКА ВСЕМ ПОЛЕЗНА,  
ЗАРЯДКА ВСЕМ НУЖНА.  
ОТ СКУКИ И БОЛЕЗНЕЙ  
СПАСАЕТ НАС ОНА! (ПЕСНЯ «ТЫ ПОПРОБУЙ ВМЕСТЕ С НАМИ...»)

А ТЕПЕРЬ МЫ БУДЕМ С  
НАМИ ТАНЦЕВАТЬ

ТЫ ПОХЛОПАЙ ВМЕСТЕ  
С НАМИ..

ТЫ ПОПРЫГАЙ ВМЕСТЕ  
С НАМИ...



**МИШКА:**  
Я ХОТЕЛ ВАС ПОПРОСИТЬ  
УРОЖАЙ МОЙ РАЗЛОЖИТЬ.  
УГОСТИТЬ МОИХ ДРУЗЕЙ  
ПОМОГИТЕ ПОСКОРЕЙ.

**III. ПРОВОДИТСЯ ИГРА-ЭСТАФЕТА «СОБЕРЁМ ШИШКИ ДЛЯ МИШКИ»  
(СОБИРАЮТ ШИШКИ В КОРЗИНКУ).**

МЯЧИ (ШИШКИ) НЕОБХОДИМО  
СОБРАТЬ



В КОРЗИНУ



**IV. ПОДВИЖНАЯ ИГРА «РАСТУТ ОВОЩИ НА ГРЯДКАХ»**  
РАСТУТ ОВОЩИ НА ГРЯДКАХ,  
НО КАК МИШКА ЛЯЖЕТ СПАТЬ,  
ВЫБЕГАЮТ ПОПЛЯСАТЬ.  
ТЫ ПОПРОБУЙ ИХ ПОЙМАТЬ



МИШКА: ОЙ, КАК ВЕСЕЛО МНЕ  
СТАЛО, И ХАНДРА МОЯ ПРОПАЛА!  
ВАМ СПАСИБО ЗА ЗАБОТУ,  
УГОСТИТЬ МНЕ ВАС ОХОТА.  
ВЫ ГОСТИНЦЫ ПОЛУЧАЙТЕ И МЕНЯ  
НЕ ЗАБЫВАЙТЕ!  
МИШКА УГОЩАЕТ ДЕТЕЙ И  
ПРОЩАЕТСЯ С НИМИ.

