

**Сценарий физкультурного досуга
«Пришла весна, медведь проснулся ото сна!»**



Автор:
Ваганова Евгения Владимировна
инструктор по физической культуре

город Бердск

Описание: Данная разработка рассчитана на детей младшего дошкольного возраста и предназначена для инструкторов по физической культуре и воспитателей дошкольных образовательных учреждений.

Сценарий составлен по мотивам мультфильма «Маша и медведь» в рамках темы недели «Весна-красна». В процессе досуга используется музыкальное сопровождение из мультфильма, а также музыкальная игра Екатерины Железновой «Зайка прыгал, прыгал и устал».

Цель: Воспитание у детей потребности в занятиях физической культурой, в здоровом образе жизни.

Задачи:

- Развивать ловкость, координационные способности, скоростно-силовые.
- Воспитывать внимание, терпение, отзывчивость.
- Способствовать положительному эмоциональному подъёму детей.
- Закреплять знания о признаках наступления весны.

Предварительная работа:

- Разучивание стихов про зайчика, лисичку и медведя.
- Имитация заячьих и лисьих следов на полу в определённых местах.
- Подготовка материала для музыкального сопровождения.

Младшая группа: <https://cloud.mail.ru/public/8XRe/tMJdiPPK2>

Средняя группа: <https://cloud.mail.ru/public/KTMw/FfEFqG6h1>

Действующие лица: Взрослые в роли Маши и медведя

Материалы и оборудование:

- Гимнастическая скамья – 1 шт.;
- Искусственная ёлка;
- Узкая ограниченная опора $h = 5-7$ см – 1 шт. (для средней группы);
- «Лужицы» шириной 50 см – 3 шт.;
- Тканевый «ручеек» - 1 шт. (для средней группы);
- Костюмы Маши и медведя
- Конусы – 3 шт. – младшая группа, 4 шт. – средняя группа

Ход досуга

Вариант 1 (младшая группа)

Дети заходят в спортивный зал и строятся на определённые места.

В зал забегает Маша и здоровается с ребятами.

Маша: Я вся такая расстроенная!

Инструктор по физической культуре: Маша, а что случилось?

Маша: А вы ничего странного не замечаете?

Инструктор по физической культуре: Да вроде всё в порядке. Правда, ребята? Мы в лес собрались пойти погулять.

Маша: А вам не кажется странным, что я одна? Что со мной кого-то не хватает!

Инструктор по физической культуре рассуждают и вспоминают, что рядом с Машей нет Медведя.

Маша: Вот именно! Все медведи уже проснулись, а мой мишка ещё нет. Я вся такая несчастная! (рыдает)

Инструктор по физической культуре: Маша, не плачь! Мы же собрались пойти в лес погулять, вот заодно найдём и разбудим твоего мишку.

Маша: Правда, поможете? Только я пойду с вами. Вы без меня можете заблудиться, а я все тропинки в лесу знаю и в звериных следах разбираюсь.

♪01. Ребята во главе с Машей под минус песни «Про следы» из мультфильма *Маша и медведь» отправляются по тропинке в лес.*

Инструктор по физической культуре:

- *Все за Машей мы шагаем,
Выше ноги поднимаем!
Обычная ходьба.*
- *Гляньте, белочка шагает,
Перед нами воображает!
Ходьба на носочках, руки на пояс, преходящая в обычную ходьбу.*
- *А вот волк по лесу рыщет,
Хвостик выше, носик ниже.
Ходьба, опираясь на стопы и ладоши.*
- Обычная ходьба, с последующим построением в определенное место.

Инструктор по физической культуре выставляет три конуса (камешки), при этом просит посчитать ребят, сколько камешков встретилось на пути.

Инструктор по физической культуре: Сколько камней на пути нам попало. Как же нам побыстрее между ними перебраться!

Маша: Я вся такая умная! Я знаю, что делать! Нужно превратиться в весенний ручеёк. Он быстро побежит между камешками и приведёт нас в нужное место.

♪02. *Дети во главе с Машей бегут в обход, оббегая конусы, затем по команде инструктора по физической культуре переходят на ходьбу и останавливаются.*

Инструктор по физической культуре: Ребята, посмотрите, сколько пенёчков, давайте скорее на них встанем. Маша, что это за полянка такая замечательная?

Дети встают в определённые места на ориентиры

Маша: Это лесная спортивная полянка. Мы здесь со зверями делаем каждое утро зарядку. Я вся такая физкультурная.

Инструктор по физической культуре: Маша, мы тоже с ребятами, делаем каждый день зарядку. Правда, ребята?

♪03. *Маша и дети делают «звериную зарядку» под песню из мультфильма «Маша и Медведь».*

Инструктор по ФК акцентирует внимание детей и Маши на следах.

Инструктор по физической культуре: Ребята, как вы думаете, чьи это следы?

Ребята определяют, что это заячьи следы. Если дети не могут определить, кому принадлежат следы, то Маша им подсказывает.

1 ребёнок

Зайчик по лесу прыг-скок,
Спрятался он за кусток.
Сидит зайка под кустом,
Куст для зайца — это дом.

Инструктор по физической культуре предлагает Маше и детям превратиться в зайчиков, чтобы было легче путешествовать по лесу.

♪04. **Подвижная игра «Зайка прыгал»** Дети выполняют прыжки с продвижением вперёд и другие движения в соответствие с текстом песни и строятся в определённые места.

Инструктор по физической культуре опять обращает внимание на следы.

Маша определяет, что это лисьи следы, которые привели к скользкому мостику.

2 ребёнок

Вы не видели в лесу
Ярко-рыжую лису?

И медведя повстречали,

Он под елочкой лежит,

Растянулся и храпит,

Дети подходят к медведю, останавливаются.

Мы вокруг его ходили,

Косолапого будили,

Ходьба по кругу, взявшись за руки.

Ну-ка, мишенька, вставай

И скорей нас догоняй».

Останавливаются, грозят медведю пальчиком.

Медведь просыпается и рычит, дети убегают в определённое место. Медведь старается их догнать.

Маша: Миша, привет! Какая же я вся счастливая! Я так по тебе всю зиму скучала.

Маша обнимает мишку.

Медведь: Спасибо ребята, что меня разбудил! Побегал с вами, мне так жарко стало! Ух! Ух!

Мишка ворчит, вытирает пот со лба.

Инструктор по физической культуре: Мишка, не переживай. Мы сейчас с ребятами на тебя подуем. Правда, ребята!

Дети выполняют дыхательное упражнение (дуют на мишку)

Инструктор по физической культуре: Мишка, мы очень рады, что смогли помочь Маше найти и разбудить тебя.

4 ребёнка

Милый, милый, Мишка!

Мишка наш пушишка!

Просыпайся ото сна,

К нам уже пришла весна!

Ребята дарят мишке угощение. Мишка благодарит детей и делится с ними сладостями.

Вариант 2 (средняя группа)

Для детей средней группы сценарий усложняется переходом от ходьбы к бегу в вводной части, а также добавлением двух упражнений: перепрыгивание через предметы шириной 50 см и ходьба по ограниченной опоре.

1. **♪01.** Вводная часть:

Перед выполнением игрового упражнения «Ручеёк» дети не останавливаются на определённых местах, а переходят с ходьбы на бег между конусами, которые выставлены заранее после слов:

Инструктор по физической культуре: Ребята, посмотрите, какой замечательный весенний ручеёк бежит между камешками.

2. **♪02.** Звериная зарядка.

3. После игрового упражнения **♪03.** «Зайка прыгал, прыгал и устал», дети-зайчики перепрыгивают «лужицы».

4. Перед ползанием на четвереньках по гимнастической скамье добавляется ходьба по ограниченной опоре, приподнятой над полом.

Инструктор по физической культуре: Ребята, посмотрите какой ручеёк. Перепрыгнуть мы его не сможем, зато сможем перейти через него по брёвнышку.

Источники:

1. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы). — М.: ВАКО, 2005. — 176 с.
2. <https://nauka.club/literatura/stikhi/pro-zayku.html>