

# **МАДОУ Детский сад 161 «Ёлочка»**

## **Физкультурно - оздоровительный досуг «В гостях у Котофея»**

**Выполнили: Бессмертная Т. А.**

**Бадмаева Д.Д.**

**Лобозерова Т. С.**

**г. Улан – Удэ**

## **Цели:**

- Формирование потребности в двигательной активности и здоровом образе жизни;
- Совершенствование координации движений, умений и навыков;
- Продолжение формирования правильной осанки при ходьбе на носках и пятках.
- Укрепление мелких мышц, участвующих в формировании свода стопы;
- Закрепление навыков в беге, прыжках, подлезании, метании мяча;
- Формирование положительного эмоционального отклика на упражнения.

Оборудование: обручи, мячи, ворота, хоккейные клюшки, шайбы 2 шт., 2 мешки.

## **Ход досуга**

**Воспитатель:** Какой сегодня чудесный день

Прогоним мы тоску и лень

Будем бегать, прыгать и играть,

Свое здоровье укреплять.

По маршруту здоровья нам поможет пройти ученый кот Котофей

На заборе он сидит

Его песик сторожит

Лает, не кусает

И кота не обижает!

**Воспитатель:** Здравствуй, кот ученый Котофей. Мы рады видеть тебя.

**Котофей:** Здравствуйте, гости дорогие! Я давно вас ждал, на заборе поджидал.

**Дети:** Здравствуй, Котофей!

**Котофей:** Все спортсмены перед стартом делают разминку. Давайте и мы проведем песенную разминку.

Мы идем, идем, идем

И совсем не устаем,

А если мы устанем –

На носочки встанем,

А теперь на пятки.

И снова на носочки

Идут сынки дочки.

На мете стой раз, два, три.

**Воспитатель:** Кот ученый помогай на две команды рассчитай.

**Котофей:** Первый, второй рассчитай... ( Дети делятся на 2 команды)

1. Эстафета. Хоккей с мячом.

**Котофей:** Ребята, вы ловкие, быстрые, дружные.

2. Следующая эстафета. Бег в мешках.

**Воспитатель:** Молодцы, ребята!

3. **Котофей:** Покажи себя умелым,  
Ловким, быстрым, смелым,  
В руки мячик ты возьми!  
Точно в цель попади!

Дети берут мячик и с расстояния попадают в цель.

**Воспитатель:** Хвалит детей. Котофей, что – то ты отвлекся?

**Котофей:** Извините меня! Птички летают, и мое внимание занимают. Слетелись воробушки к кормушке. Приглашаю вас поиграть со мною в игру «Воробушка и кот».

**Игра «Воробушка и кот».** Дети – «воробушки летают, клюют зернышки», по сигналу «кот» разлетаются по своим гнездышкам.(в обручи). Котофей их ловит, пойманный выбывает из игры. Игра повторяется 2 раза.

**Воспитатель:** Ну, а сейчас еще эстафета. «Зайцы».

Дети зажимают мяч между колен и прыгают до конца, возвращаются к своей команде и передают мяч следующему. Какая команда быстрее закончит эстафету, та и выиграла.

**Котофей:** Молодцы, ребята. Сейчас садимся на стулья и играем спортивную викторину для ума. Я буду задавать вопросы, а вы будете отвечать на вопросы.

- Что нужно делать по утрам,  
Чтобы быть бодрым и здоровым. (зарядку)
- Спорт на свете есть такой  
Популярен он зимой  
На полозьях ты бежишь  
За соперником спешишь. (лыжные гонки)
- Вот полозья, спинка, планки –  
А все вместе это (санки)
- Ты этого спортсмена  
Назвать бы сразу мог!  
И лыжник он отменный  
И меткий он стрелок (биатлон)
- Кто десять километров,  
Качал в такт рукой  
Бежит быстрее ветра  
Согнувшись кочергой (конькобег)

**Воспитатель:** Эстафета «Переправа»

1 ребенок внутри обруча, второй снаружи, бегут на противоположную сторону, затем кто был внутри обруча остается, второй возвращается к своей команде и таким образом переправляет всю команду на другую сторону.

Молодцы, ребята.

**Воспитатель:** Эстафета «Бег в валенках» до ориентира. Обратный бег без валенок. Следующий участник бежит к ориентиру, надевает валенки, обратно бежит в валенках.

**Котофей:** Ну и молодцы, ребята. Я так давно не веселился, порадовали вы меня. Желаю вам здоровья.

**Воспитатель:** Кот ученый Котофей

Приходи еще скорей

Было нам с тобою весело, приятно

Но в группу нам пора обратно.

(Дети прощаются с Котофеем и уходят в группу)

#### Литература

1. Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения №12 – 2014, №7 – 2014г.  
Издательский дом МФЦЭР
2. Словесная игра Д/с 12-2014