

Развлечение с детьми 4-5 лет «Путешествие на речку»

Тигарева Ольга Викторовна
Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение «Детский
сад №79 «Мальчиш-Кибальчиш»
комбинированного вида
воспитатель, первая квалификационная
категория

Образовательная область: физическое развитие

Цель: способствовать профилактике плоскостопия у детей.

Задачи:

1. Способствовать укреплению мышц стопы, увеличению амплитуды движений в голеностопных суставах и суставах стоп и пальцев.
2. Учить детей сохранять равновесие на ограниченной и возвышенной площади, спрыгивать с высоты приземляясь на полусогнутые ноги.
3. Воспитывать уверенность в себе, целеустремлённость, положительную самооценку.

Оборудование и материалы:

Гимнастическая скамейка, шнур, доска ребристая, обручи, массажная дорожка с речными камушками, шишки еловые.

Возраст детей: 4 года

Ход мероприятия:

Педагог. Мы с вами дети пойдём сегодня на речку. Дети встают в колонну по одному и идут на речку.

Подвижная игра «По ровненькой дорожке» (2-3раза).

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке

Шагали наши ножки,

Шагали наши ножки. (Ходьба на носках, на пятках, в приседе)

Раз, два, раз, два.

По камушкам, по камушкам,

Раз, два, раз, два.

По камушкам, по камушкам... (Прыжки, продвигаясь вперёд.)

В ямку – бух (приседают на корточки)!

«Вылезли из ямы» - дети встают, «дальше пошли».

Игра повторяется.

Педагог. Вот мы и пришли, садитесь на бережок.

Упражнения «На речке»

1. «На речке волны». Стоя медленная ходьба на месте, не отрывая ног от пола с волнообразными движениями рук.

2. «На волнах качается кораблик». Раскачивание с пятки на носок вперёд – назад, а рук в противоположном направлении.

3. «Брызги». Сидя руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях. Пошлёпаем ногами по «воде», «поднимем брызги». Попеременно шлёпать ступнями по полу.

4. «По дну ползёт рак». Сидя руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях. Передвижение ног вперёд, поджимая и выпрямляя пальцы.

5. «Рыбак ловит рыбу». Сидя на полу, ноги прямые, руки в упоре сзади. Ударять несколько раз носком правой ноги слева и справа от левой ноги (через ногу). То же другой ногой.

6. «Речка бежит». Лёгкий бег на носках змейкой.

Игровые упражнения:

* «Спрыгнем с мостика». Спрыгивание со скамейки в обозначенное место (обруч).

* «Ходьба и бег по камушкам». Ходьба и бег по ребристой доске.

* «Бросим камушки в речку». Захватывание шишек пальцами ног с последующим броском в обруч.

Подвижные игры «Рыбаки и рыбки» (2 раза), «Лягушки» (3 раза).

Вот лягушка по дорожке

Скачет, вытянувши ножки.

Ква-ква, ква-ква-ква!

Скачет, вытянувши ножки.

Педагог. Ребята, пора возвращаться в детский сад. Давайте дружно хором скажем: «Речка, реченька, река! Ты нам много сил дала! Мы здесь бегали, играли, рыб ловили, кораблик изображали и сильнее стали! Спасибо тебе, речка, до свидания».