**Сценарий физкультурного досуга «Путешествие в весенний лес»**

**(старшая группа)**

Воспитатель одет в роли Карлсона.

В-ль: - Здравствуйте ребятишки, девчонки и мальчишки. Я самый лучший в мире Карлсон. Я люблю летать по крышам, ходить в гости. Вот и сейчас я прилетел к вам в гости. Я люблю путешествовать! А вы? И сегодня я вам предлагаю отправиться в путешествие, в весенний лес. А отправимся мы на паравозике.

- Всех друзей катать повёз

Наш весёлый паравоз

Извучит гудок *«ту-ту»*

Прокачу я детвору

- Ребята, садитесь в наш весёлый паравозик и поедем в весенний лес

/Дети изображают паравозик: руки согнуты в локтях и пржаты к туловищу, выполняют круговые движения/.

В-ль:- В паравозик прыгнул зайчик

Он послушный очень мальчик!

/В-ль у себя над головой показывает *«ушки»*, дети повторяют, идут на носочках/.

В-ль:-В паравозике лисица

Поркатиться мастерица!

/В-ль изображает лисицу: делать плавные движения перед собой, дети повторяют и идут по кругу/.

Вль:- И медведя паравоз

Покатать с собой повёз!

/В-ль ставит руки на пояс, ходьба на внешней стороне стопы, дети повторяют/.

В-ль:-И лошадка прокатилась

Очень сильно загордилась!

/В-ль держит руки на поясе, ходьба с высоким подниманием колен, дети повторяют/.

В-ль:-Даже солнце опустилось

В паравозе поместилось!

/В-ль делает маховые движения прямыми руками, дети повторяют/.

В-ль:- Паравозик постарался

Чтобы каждый покатался!

В-ль:- Вот мы с вами и в весеннем лесу! До чего же воздух свеж, вдохнём аромат леса.

Вдох /носом/ - выдох /ртом/.

Посмотрите, как посыпается лес от зимнего сна. Снег подтаял, побежали, зажурчали ручейки. А вот и птицы возвращаются в свои гнёзда. Будут петь свои песни, радовать нас своими голосами. Слышите как они поют?

/Слушание птичьих голосов/.

ОРУ

1. Раз мы с вами в лесу, давайте покажем какие вокруг большие деревья, ветер подул и закачались ветви.

/и. п. ноги на ширине плеч, поднять руки, покачать из стороны в сторону, 3-4 раза/.

2. Ой, посмотрите сколько подснежников на проталинках выросло. Давайте наклонимся и рассмотрим их.

/и. п. то же, руки прижаты к туловищу. Наклоны вперёд не сгибая колен,3-4 раза/.

3. Давайте рассмотрим букашек., муравьёв, которые уже проснулись и начали ползать.

/и. п. ноги вместе, приседания,3-4 раза/.

В-ль:- Как хорошо мы с вами позанимались, а теперь пойдём дальше в лес, где нас ждёт много интересного!

ОВД

1. Посмотрите, вот мостик через ручеёк! Нужно по нему пройти, идти осторожно, руки развести в стороны. / хоьба по дорожке: ширина- 15 см, дина- 2 м/.

2. Асейчас на нашей дорожке впереди пенёчки, чтобы дальше пройти нужно их перешагнуть высоко поднимая колени. / ходьба с высоким подниманием ног и перешагиванием через пенёчки/.

3. Сморите из под ёлочки зайчик попрыгал. Давайте попрыгаем как он. / прыжки на двух ногах с продвижением вперёд/.

В-ль:- Ребята, посмотрите какая красивая весенняя полянка, а сколько на ней выросло прекрасных цветов. А вы заметили, что все цветы разного цвета. А на цветочки и бабочки выпорхнули, обрадовались, резвятся на полянке.

/ в это время раскладываыт цветы на полу по залу, а детям раздаются бабочки/.

В-ль:- А посмотрите наши бабочки тоже все разноцветные. /спросить 2-3 детей какого цвета у них бабочки/.

-Я вам предлагаю поиграть в игру *«Бабочки и цветочки»*. Ваши бабочки должны летать на полянке под музыку, радоваться весеннему солнышку, а как только закончится музыка, каждая бабочка должна опуститься на свой цветок такого же цвета как и её крылышки. /показ в-ля перед началом игры приземление бабочки/.

Игра проводится 2-3 раза с разным темпом музыки /быстрая, медленная/. В ходе игры спросить детей на какой цветок села их бабочка и почему.

В-ль:- Пускай ваши бабочки остаются на цветочках и пьют нектар.

Проводится дыхательная гимнастика.

В-ль:-Ребята, слышите, ветерок пролетел. Знаете, как дует ветерок?

Делаем глубокий вдох через нос и сильно- сильно дуем, чтобы получился сильный ветерок. /2-3 раза/.

А теперь снова вдохнём, только дуть будем потихиньку, чтобы получился лёгкий ветерок. /2-3 раза/.

В-ль:- Ну вот славно мы повеселились пограли, пошутили

Но теперь пришла пора

Домой возвращаться детвора.

- Садимся в наш весёлый паравозик и возвращаемся из весеннего леса обратно в дет. сад.

Дети встают др. за др. / руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу, выполняют круговые движения/ двигаются за в-ем.

-Поехали! Помашем в правое окошечко рукой, а затем в левое окошечко, попращаемся с весенним лесом.

-Ну вот, мы и вернулись в детский сад. Ребята, понравилось ли вам путешествие? На чём мы ездили? Какие препятствия встречались в лесу на пути?

- Мне тоже очень понравилось с вами путешествовать, а сейчас полетели за мной в вашу группу.