

# ИМПРОВИЗАЦИЯ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак

## Вышла курочка гулять

*Основные задачи:* формировать эмоциональный опыт детей, способствовать элементарному перевоплощению; развивать интерес к языку движений.

*Оснащение:* скамейки, стойки или стулья с натянутой между ними веревочкой.

### *Организация и методика проведения*

I. Дети, я прочитала в книжке интересную загадку:

Желтые комочки,

Легкие, как вата.

Бегают за квочкой,

Кто это? (цыплята)

Знаете, что я придумала? Я буду квочка, а вы - цыплята. Такое веселое физкультурное занятие будет у нас сегодня. Сейчас я надену шапочку и стану "настоящей" курочкой.

Пойдем искать зернышки. Смотрите на маму-курочку и гребите ножками (ходьба гурьбой со словесными или песенными комментариями и подсказками: лапками, гребите, зернышки ищите). Разбежались цыплята кто куда. Бегайте, ребятки, в разные стороны (12-15 сек.). А курочка-мама рассердилась и кричит:

Куд-куда, куд-куда!

Ну-ка, ну-ка, все сюда!

Быстро к маме под крыло!

Куд-куда вас понесло?!

Опять пошли гурьбой за мамой и снова разбежались.

Повт. 2-3 р.

II. 1. Собрала курочка цыпляток и говорит: "Ко-ко-ко!" Покажите мне свои крылышки. Пошире раскройте, чтоб все перышки были видны.

Выполн.: руки - в стороны, растопырив пальцы, затем - вниз. Повт. 4-5 р.

2. Учитесь разгребать песочек двумя ножками, больше зернышек найдете. Садитесь поглубже в песочек, ко-ко-ко.

Выполн.: сидя на полу, руки в упоре сзади, попеременно сгибать и разгибать ноги, двигая ими по полу. Повт. 8-10 р.

3. Много зернышек нашли, клюйте на здоровье.

Выполн.: присесть, постукивая пальчиками по коленочкам ”клю-клю-клю“ и выпрямиться. Повт. 3-4 р.

4. Теперь почистите клювики о свои ножки.

Выполн.: сесть, схватив колени руками, и поворачивая голову тереть носиками о колени. Повт. несколько раз.

5. Отряхните свои крылышки.

Выполн.: Повт. 1-е упраж.

”Ко-ко-ко. Усаживайтесь на насест, будем отдыхать (стать на скамейку у стены). Закрыла глазки курочка (воспитательница снимает и кладет на скамейку маску-шапочку, чтоб наблюдать за детьми), а цыпляткам спать не хочется. Вот самый смелый цыпленочек Петя (Коля, Андрюша) спрыгнул с насеста и полез под заборчик, а за ним - все остальные.

Открыла курочка глазки (воспитательница надевает шапочку).

куд-куда, куд-куда!

ну-ка, ну-ка, все сюда!

Пришлось цыпляткам вернуться на насест. Повт. 3-4 р.

Пришла птичница Настенька (воспитательница повязывает платочек и перемещается на противоположную сторону площадки), принесла цыпляткам зеленой травки, зовет их ”цып-цып,цып!“ - бегут цыплята травку клевать.

А курочка их к себе зовет: ”ко-ко-ко!“ (воспитательница быстро переходит к ”насесту“). Настенька - к себе, а курочка - к себе.

Игровое задание типа ”Бегите ко мне“. Повт. 3-4 р.

Воспитательница быстро перемещается туда - сюда, меняя головной убор.

III. Солнышко спряталось, и курочка повела цыпляток в курятник (заключительная спокойная ходьба).

### **Веселые воробышки летят, куда хотят**

*Основные задачи:* Посредством проговаривания действий приучать детей к согласованным действиям, умению имитировать повадки птиц; обогащать жизненный опыт детей.

*Оснащение:* скамейка (1-2), маска-шапочка ”кот“, игрушка-птичка, предметы стационарного оборудования зала.

*Организация и методика проведения*

I. Садитесь, ребятки, на скамейку. Очень интересное будет у нас физкультурное занятие. Вы будете воробышками. Я буду про вас что-то рассказывать, а вы будете все это делать.

Воробышки летают стайками. Вот какая стайка (жест в сторону детей) воробышков собралась. Расправили они крылышки и полетели зернышки

искать. Мама-воробьяха (про себя) первой нашла зернышки, зовет к себе воробышков: ”чик-чирик!“. ”Прилетели воробышки, клюют зернышки (пальчиками по коленочкам), а мама-воробьяха дальше летит. Вот опять нашла зернышки ”чик-чирик!“. Повт. 3-4 р.

II. Общеразвивающие упражнения в хаотичном размещении

1. Развеселились воробышки, машут крылышками, весело чирикают.

Выполн.: руки в сторону, махи кистями со звукоподражанием в момент опускания вниз. Повт. 4-5 р.

2. Захотелось пить воробышкам. Увидели они лужицу (ложитесь на животик). Наклоняют головки к ”лужице“ и поднимают повыше, чтоб проглотить водичку.

Выполн.: лежа на животе, руки ладонками вниз, рядом с туловищем; опускать и поднимать голову, прогибаясь. Повт. 4-5 р.

3. Любят воробышки в песке купаться. Кто на бочек повернулся, кто на спинку, гребут песочек и ножками, и крылышками. Посмотрите, как купается в песке воробышек Сережа (Петя, Коля).

Выполн.: хаотичные движения руками и ногами, поворачиваясь с боку на бок. Повт. несколько раз.

4. ”Чик-чирик!“. Надо отряхнуть песочек с перышек. Машут воробышки крылышками.

Выполн.: повт. 1-е упраж.

Прилетели на деревья жуки - это самая вкусная еда для воробышков! Сразу увидели их воробышки и полетели на деревья (влезание, кто как умеет на любое возвышение - гимнастическую стенку, лестницу, горку и др.). А жуки от воробышков в травку спрятались. Скачут воробышки по травке (прыжки, продвигаясь вперед, кто как умеет), ищут жуков. Жуки опять на деревья полетели, и воробышки - за ними.

Выполн.: одновременно. Повт. 3-4 р.

Взлетели воробышки на крышу! (на скамейку у стены). Видят зернышки внизу, а спрыгнуть боятся, потому что по двору ходит кот (воспитательница, надев маску-шапочку, имитирует движения кота) ”мур-мяу, мур-мяу! Где-то здесь только что были воробышки“. Походил-походил кот, лег на травку, греется на солнышке, глаза закрыл. А воробышки спрыгнули с крыши и полетели зернышки клевать. ”Мяу! Проснулся кот. Улетели воробышки на крышу.

Подвижная игра ”Воробышки и кот“. Повт. 3-4 р.

III. Прилетели воробышки домой (сели на скамейку). Смотрит мама-воробьяха: самого маленького воробышка нет. Где же он? Может в травке запутался? Надо его найти (игровой задание типа ”Найди, где спрятано“ - дети ищут птичку-игрушку).

## Ай, да зайньки!

*Основные задачи:* вовлекать детей в активное подражание способом действий, формировать эмоционально-положительное отношение и интерес к движениям.

*Оснащение:* маска-шапочка “Зайчик“, 5-6 картонных елочек, корзина, бумажные стружки зеленого цвета.

### *Организация и методика проведения*

I. Давайте вместе придумаем и сыграем сказку. Живут в лесу зайчатки. Есть у них зайчиха-мама (воспитательница надевает маску-шапочку). Проснулись зайчатки утром, а мама говорит: ”Зайньки, мы пойдем сегодня в дальний лес за самой вкусной заячьей капусточкой. Чтоб не устать по дороге, давайте сделаем заячью зарядку. Скачите по полянке, найдите себе удобное место, чтоб я всех вас видела (дети, передвигаясь прыжками, размещаются на площадке).

### II. Общеразвивающие упражнения.

1. Выпрямим и почистим ушки, чтоб хорошо слышать каждый звук в лесу. Выпрямляйте ушки после сна, вытягивайте их вверх.

Выполн.: имитационные движения обеими руками. Повт. 3-4 р. ”с каждым ухом“.

2. Почистим ”хвостики“ одной и другой лапкой.

Выполн.: повороты в стороны с характерными движениями руками. Повт. 2-3 р. в каждую сторону.

3. Почистим ножки, чтоб быстро бегали. Садитесь на пол удобно, поднимайте ножки и одной чистите другую.

Выполн.: подняв ноги, потирать ступней о ступню и опускать. Повт. 3-4 р.

4. Слышите (воспитательница топает), кто-то идет! ”Прячьтесь за кустики! Выгляните, где этот ”кто-то“. Ой! Опять топает!

Выполн.: присесть, поставить перед лицом ладошки. Повт. 3-4 р.

5. - Видите, как важно чистить ушки. Давайте, сделаем это еще раз.

Выполн.: повт. 1-е упраж.

Ну, вот мы и готовы. Сейчас я возьму большую корзинку для заячьей капусточки и мы поскачем.

Видите, сколько елочек вокруг? Под каждой растет вкусная капуста. Скачите туда и приносите ее в корзинку (плоские или объемные картонные или деревянные елочки и бумажные стружки под ними размещены радиально

по отношению к корзинке; каждый зайчик скачет туда и обратно 3-4 раза, расстояние 3-4 метра).

Выполн.: одновременно.

Много капусты набрали, молодцы зайчики. Теперь можете поиграть - убегайте, кто куда хочет! Лиса! Прячьтесь скорее за меня! Подвижная игра "Зайцы и лиса". (Воспитательница перемещается по площадке и подает сигнал каждый раз в другом месте). Повт. 3-4 р.

III. Никого не нашла лиса! Давайте споем веселую песенку и спляшем.

Хорошо в лесу зайчишкам,  
На полянке хорошо нам!  
Ну-ка весело вприпрыжку  
По тропинкам, по зеленым.

### **Куклы любят физкультуру!**

*Основные задачи:* побуждать детей к поиску способов действия; формировать представления о средствах двигательной выразительности.

*Оснащение:* Куклы в "домиках" - плоских обручах, лежащих в ряд - по числу детей; мячи (20 см) - по числу детей; обруч большого размера, стационарная двускатная горка. Желательно музыкальное сопровождение.

*Организация и методика проведения*

I. Наши куклы хотят заниматься физкультурой, но не умеют. Давайте научим их. Станьте рядышком, кто с какой куклой хочет.

- Пойдем гулять с куклами, кто куда хочет.

- Несите кукол в "домики".

- Теперь погуляйте сами.

- Идите к своим куколкам.

- Куклы посмотрят, как вы умеете бегать (бег гурьбой за воспитательницей 15-20 сек.).

II. Возьмите своих кукол и станьте в круг

I. Поднимем кукол высоко-высоко и опустим.

Выполн.: поднять игрушки вверх, посмотреть на них. Повт. 3-4 р.

2. Посадим кукол на пол и посмотрим им в глазки.

Выполн.: наклоны или приседания - у кого как получится. Повт. 3-4 р.

3. Поиграем с куклами в прятки.

Ложитесь на животы, посмотрим на куклу и спрячем лицо в ладошки.

Выполн.: Лежа на животе и опираясь на предплечья, поднимать голову, прогибаясь и "прятаться". Повт. 4 р.

4. Потанцуем с куколками.

Выполн.: припляс на месте с куклой в руках, кто как умеет. Повт. 15-20 сек.

Покатаем кукол с горки - упражнение в равновесии: подъем на горку по ступенькам с куклами в руках, не держась за поручни + спуск по скату сидя.

Выполн.: поточно. Повт. 3-4 р.

Посадите кукол в домики, будем им мячи катать - катание мячей, сидя на полу (2,5 м) + движение за мячом (ходьба или ползание).

Выполн.: одновременно. Повт. 3-4 р.

*Хоровод "Каравай"*

Посадите кукол в круг (большой обруч на середине зала). Поиграем в "каравай", как будто у них день рождения. Возьмитесь за ручки.

Нашим куклам в день рожденья,

Испекли мы каравай, (ходьба по кругу)

Вот такой вышины, (руки - вверх)

Вот такой нижины, (присесть)

Вот такой ширины, (руки в стороны)

Вот такой ужины, (сузить круг)

Вот такой горбатенький, (наклон вперед, руки назад)

Вот такой пузатенький, (характерный жест руками)

Каравай, каравай, (хлопки в ладоши)

Свою куклу выбирай.

(Танец со своими куклами - кто как умеет. Повт. 2 р.)

III. Куколки устали, отвезем их домой на "машине". Садитесь на скамеечку, это как будто, машина. Поехали! (Воспитатель садится на стул напротив скамейки, берет "руль". Попеременно топая ногами в ритме песенки. Все "едут домой".

### **Покататься я хочу**

*Основные задачи:* использовать знакомые движения в игровых операциях; формировать умение действовать по подражанию.

*Оснащение:* скамейка и кольца-"рули" на ней, устойчивые предметы, удобные для влезания - стулья, кубы, бревно и др. (достаточное количество).

*Организация и методика проведения*

I. Ребятки! Сейчас мы будем делать всё, что написано в стихотворении.

Такое интересное физкультурное занятие будет у нас. Кто знает это стихотворение, говорите вместе со мной

На лошадке ехали -

До угла доехали. Берите вожжи, как будто, поехали! Высоко поднимайте одну ножку как я, крепко "держите вожжи".

На лошадке, на лошадке,

Покататься я хочу.

Сяду, сяду на лошадку,

На лошадке поскачу!

Цок, цок, цок, цок. (Дети идут гурьбой или в колонне, высоко поднимая одну ногу под ритмичное чтение воспитателя и цоканье. Примерно один круг).

2. Сели на машину,

Налили бензину. Садитесь на скамейки, как будто на машину, возьмите “рули“ - кто какой хочет (имитируя руление, дети попеременно ритмично топают ногами. Воспитательница садится на стул напротив, рулит и поёт:

Машина, машина

Идет, гудит.

В машине, в машине

Шофер сидит.

Би-би-би,

Би-би-би.

3. На машине ехали,

До реки доехали...

Тр-р! Стоп! Разворот!

На реке - пароход!

Ребята! Пароход ведет капитан. Он стоит высоко на капитанском мостике, чтоб видеть, куда вести пароход. Влезайте, кто на какой хочет ”мостик“ - на стул, на скамейку, на бревно, на кубы. И полный вперед!

По морям, по волнам,

Нынче - здесь, завтра - там.

4. Пароходом ехали -

До горы доехали.

Пароход не везет,

Надо сесть в самолет.

Заводи мотор, ребята! Р-р-р-р!

Самолет летит,

В нем мотор гудит - у-у-у-у!

(Бег врассыпную, 15-20 сек.).

II. Прилетели летчики домой и захотелось им на лошадке покататься. Все повторяется.

**Вот поезд наш едет**

*Основные задачи:* развивать эмоциональный опыт детей; учить искать образные, характерные для персонажей средства выразительности движений.

*Оснащение:* 2 доски (1,5 - 2 м), дуги (4-6) высотой 50-60 см, нарядная кукла.

*Организация и методика проведения*

Ту-ту-у-у! Поезд отправляется! Пассажиры скорее садитесь в вагоны! (Дети строятся в колонну за воспитательницей).

Чух-чух,  
Чух-чух,  
Мчится поезд  
Во весь дух.  
Паровоз пыхтит  
- Тороплюсь - гудит,  
- Тороплюсь,  
- Тороплюсь,  
- Тороплю-у-у-у-сь!

(Постепенно ускоряющаяся ходьба в ритме песенки или стиха переходит в бег и снова в ходьбу).

Станция "Ягодки!". Выходите из поезда, "собирайте ягодки", вот сколько их в травке и "под кустиками" (дети имитируют сбор ягод; воспитательница в это время кладет доски или ставит скамейки - "мосты" у длинных сторон площадки).

Ту-ту-у-у! Поехали дальше!

Поезд едет по мосту через речку медленно, чтоб ни один вагон с рельсов не сошел. Проехали мост, поезд опять ускоряет ход. Повт. 3-4 круга.

Станция "Пляжная!". Идемте загорать!

(дети ложатся на пол, кто как хочет, попорачиваются на бок, на спину, на живот, реагируя на подсказки воспитательницы, которая успевает поставить в ряд дуги, образующие "тоннель").

Ту-ту-у-у-! Поезд отправляется! Внимание, пассажиры! Впереди - тоннель, не высовывайтесь из окон, будьте внимательны (ходьба в приседе и полуприседе - у кого как получится - 2,5-3м). Повт. 2 круга.

Станция "Ореховая"! Смотрите, сколько ореховых деревьев! Влезайте, кто на какое хочет, рвите "орехи" (влезание любым способом на гимнастическую стенку, веревочную и деревянную лестницу и др. - высоту следует ограничить яркими ориентирами). Повт. 3-4 мин.

Ту-ту-ту! Поезд отправляется! Впереди трудная дорога: поезд будет подниматься на горку, а потом спускаться с горки (под стыкующиеся концы двух досок подкладываются кубики. Повт. 2-3 круга).



Станция ”Птичий базар“! Смотрите, что делают птицы: летают, клюют зернышки, ищут жуков на деревьях, купаются в лужицах, садятся в гнездышки, порхают с одного дерева на другое. Настоящий птичий базар!

(Дети выполняют подсказанные воспитательницей действия в любом порядке, в удобном темпе).

Ту-ту-у-у! Поезд отправляется!

Станция ”Детский сад“! Как здесь шумно и весело, потому что у куклы Тани - день рождения! Давайте подарим Тане ”Каравай“!

(Хоровод выполняется 1-2 раза).

## Игрушки

*Основные задачи:* побуждать детей к самостоятельному поиску способов действия, искренности в выражении чувств.

*Оснащение:* игрушки - мишка, зайчик, козлик, кукла с мячиком - удобно размещены по сторонам зала; мячи - по числу детей.

*Организация и методика проведения*

I. Ребятки! Про все игрушки, что я расставила на полочках, вы знаете стихотворения. Давайте пройдем по залу и посмотрим на них. Ходьба гурьбой по кругу с остановкой у каждой игрушки (кто он? какой он?): около мишки - несколько шагов вперевалочку; около козлика - показать ”рожки“ на лбу; около зайки - несколько прыжков на месте; Тане - погрозим пальчиком ”Держи мячик крепко!“.

А теперь ко всем этим игрушкам мы, как будто, поедem на лошадке:

Я люблю свою лошадку,  
Причешу ей шерстку гладко,  
Гребешком приглажу хвостик  
И верхом поеду в гости.

Станьте по кругу, ребятки, согните руки, как будто вы держите вожжи, высоко поднимайте одну ножку - вот так (показ), чтобы быть похожими на лошадок. Но-о-о! Поеха-ли-и-и! Цокайте язычком!

Приехали к Козлику! ”поздоровайтесь“ с ним - покажите рожки ”Бе-е-е“. Поехали дальше.

Приехали к Мишке! Поздоровайтесь с ним - потопчитесь на месте на четвереньках! Поехали дальше.

Приехали к Зайчику! Поздоровайтесь с ним - попрыгайте на месте повыше. Поехали к кукле.

Помашите Тане обеими ручками.

(Езду ”на лошадке“ можно повторить).

II. 1. Теперь давайте походим, как Мишка - на четвереньках, вперевалочку, пусть он посмотрит, похожи ли мы на него (ходьба "по-медвежьи" к Мишке от противоположной стены).

2. Ну-ка, Зайчик, посмотри, как скачут на двух ножках наши детки, сильно отталкиваются от пола, как настоящие Зайчики! (прыжки с продвижением вперед от противоположной стены).

3. Ребятки, а Козлик скачет не так, как Зайчик. Он взбрыкивает задними ножками. Посмотрите, как: - стать на четвереньки; опираясь на руки, взбрыкнуть ногами; переставить вперед руки и снова взбрыкнуть (показ может делать воспитательница или подготовленный ребенок). Козлики! Скачите по полянке, кто куда хочет. (2-3 мин.).

4. А Таня сегодня не уронила в речку мячик, а нарочно бросила! И мы так сделаем! Речка, как будто, будет у самой стенки. Возьмите мячики и станьте "на берегу". Бросайте мячик в "речку"! (Бросание мячей - кто как умеет - в сторону глухой стены - 3-4 мин.).

У меня живет козленок,

Я сама его пасу.

Я козленка в сад зеленый

Завтра утром отнесу.

Он заблудится в саду, -

Я сама его найду!

Ребята, пока вы бросали мячики, козленок потерялся. Если вы его найдете, он будет вас догонять. Такая интересная игра в "Догонялки" у нас получится. Ищите! Повт. 3-4 р.

(Перед каждым повтором козленок "прячется": дети отворачиваются и закрывают глаза; затем воспитательница с игрушкой в руках (догоняет детей).

III. Поедем домой на лошадке.

### **Ты скачи, скачи, лошадка!**

*Основные задачи:* приучать детей использовать знакомые движения в предлагаемых игровых ситуациях, имитировать повадки животных и птиц. Различными педагогическими средствами способствовать проявлению детьми чувства удовольствия от двигательных заданий.

*Оснащение:* "Лошадки" - стульчики по числу детей, стоящие в ряд спинками вперед; маски-шапочки (курочка, волк), "гнездышки" - обручи по числу детей, скамейка - "мостик", мешочки с песком - максимальное количество.

*Организация и методика проведения*

I. Садитесь на стульчики, как на лошадку верхом, поскачем в сказку, держась за спинку стула и ритмично топая обеими ногами, дети “скачут“ под стихотворение Г.Ладонщикова “Лошадка“. Воспитательница, сидя лицом к детям на большом стуле, ”скачет“ на большой ”лошадке“, читая в удобном ритме и темпе:

Ты скачи, скачи, лошадка,  
Скок, скок, скок, скок!  
По дорожке ровной, гладкой,  
Скок, скок, скок, скок!  
Ты скачи все прямо, прямо,  
Скок, скок, скок, скок!  
Мимо папы, мимо мамы,  
Цок, цок, цок, Тпру!

Прискакали детки во двор и видят (воспитательница надевает маску-шапочку):

Вышла курочка гулять  
Свежей травки пощипать,  
А за ней ребятки (приглашающий жест детям)  
Желтые цыплятки (ходьба гурьбой, высоко поднимая колени)  
Ко-ко, ко-ко, ко-ко-ко,  
Не ходите далеко,  
Лапками гребите,

Зернышки ищите (характерные движения ногами, ”разгребая песок“).

Ребятки, песенку эту Вы знаете. Теперь я буду петь про жуков, а вы - ”жуки“ расползайтесь во все стороны. Тот, кого я ”кляну“, пусть ложится на спинку и барахтает ножками.

Съели толстого жука. Съели толстого жука (многократно повторяя строчку, воспитательница старается ”клянуть“ каждого, после чего “жук“ переворачивается на спинку, а потом опять ползет. “Курица“ - за ним!“.

Дождевого червяка, дождевого червяка. Ребята, теперь вы ползайте как червяки: сцепите ладошки, руки вытяните вперед и не опирайтесь на них, помогайте себе только ногами (передвижение по полу без помощи рук - кто как сумеет; ”курица“ ”клянет“ каждого).

Выпили водицы  
Полное корытце.

Вставайте, теперь вы опять цыплятки (наклоны стоя, отводя руки назад).

Выпили водицы  
Полное корытце.

II. И-го-го! Лошадки зовут ребяток “Поскачем дальше” (движения под стихотворение повторяются) Тпру!

Через мост перейти  
Надо нам, ребята,  
В дальний лес мы идем,  
Там грибы, маслята,  
А на мостик волк нас не пускает,  
На мосту он, серый, отдыхает.

Давайте прогоним волка! (игрушка или чучело в маске-шапочке лежит на скамейке). Стреляйте в него мешочками! Старайтесь обязательно попасть! Кто бросил мешочек, бегите за другим и снова бросайте! (мешочки с песком лежат у противоположной стены. За каждым надо сбегать и бросать без команды с установленного расстояния). Повторность зависит от числа мешочков.

III. И-го-го! (Действия под стихотворение повторяются). Приехали в лес! Смотрите, сколько гнездышек (обручи), и в каждом птички сидят.

Подвижная игра “Птички в гнездышках”. Повт. 3 р.

И-го-го! (Действия под стихотворение повторяются). Приехали домой! Обрадовались дети и давай плясать. (Знакомый танец или произвольные движения под музыку).

### **Живут в банановом лесу шалуни обезьянки**

*Основные задачи:* учить детей искать образные, характерные для персонажей средства выразительности движений; стимулировать импровизацию посредством бутафории, выразительного описания действий и элементов драматизации.

*Оснащение:* тряпичные или паралоновые ”бананы“, развешанные на предметах стационарного оборудования зала, удобных для влезания; ”стая бабочек“ - ветвистая веточка с несколькими бумажными бабочками на ниточках; ”крокодил“ (или ”змея“) - надувная игрушка или ее имитация (например, канат); предметы, удобные для бросания (тряпичные и резиновые мячи, мешочки с песком и др. - максимальное количество); веревка и головной убор для ”охотника“; игрушка-обезьянка.

*Организация и методика проведения*

I. Ребятки, садитесь на ковер. Я буду рассказывать вам про обезьянок, а вы будете показывать, какие они, что они умеют делать. Живут в лесу обезьянки. Они такие непоседы, все время что-то делают: вот они ходят по полянке. Кто на двух ногах, а кто-то на ногах и на руках - на четвереньках, значит. Походят-походят - сядут, смотрят вокруг, а потом начинают бегать и

прыгать. Кто на ногах, как Оля, а кто на четвереньках, как Света и Сережа. Кто устал, на травку ложится, а другие бегают, прыгают.

II. 1. У обезьянок большие круглые уши. Они шевелят ушами и друг другу их показывают.

2. А еще обезьянки любят чесать свои спинки. Руки у них длинные, можно ими чесать спинки и сбоку, и через голову.

3. Обезьянки такие ловкие, что могут ногой достать до уха. Смотрите, как здорово делают это обезьянки Света и Надя. Очень нравится обезьянкам доставать ногой то одно, то другое ухо. Настоящая обезьянья гимнастика!

4. Но больше всего обезьянки любят кувыряться - и с боку на бок и через голову и задом наперед. Посмотрите, что делается на полянке! Кто увидит, как интересно кувырывается одна обезьянка, хочет сделать также. Визжат обезьянки, смеются.

5. Но вот на полянку прилетели бабочки - целая стайка (воспитательница с веточкой в руках перемещается по комнате). Вскочили обезьянки и помчались ловить бабочек (15-20 сек.). Улетели бабочки.

Проголодались обезьянки, полезли на деревья, срывают и едят бананы. Кто сорвал банан, - на травку спускается, съел банан, опять на дерево лезет (используется любой предмет для лазания).

Выполн.: одновременно. Повт. 3-4 мин.

Однажды, когда обезьянки отдыхали на травке: кто просто лежал, кто ножками болтал, кто спинку чесал, кто животик поглаживал. На полянку приполз огромный крокодил (воспитательница тянет за веревочку игрушку). Вскочили обезьянки и давай "стрелять" в него всякими фруктами - бананами, орехами, яблоками, апельсинами. Испугался крокодил и уполз.

Только успокоились обезьянки, на полянку пришел охотник с веревкой в руках. Он хочет поймать какую-нибудь обезьянку и отвезти в зоопарк.

Подвижная игра "Убегайте от меня". Повт. 3-4 р.

(В качестве паузы между повторами можно сыграть: устал охотник, притворился будто спит (лечь лицом вниз в центре ковра); любопытные обезьянки подходят близко, трогают охотника и убегают, когда он "просыпается").

III. Ребятки, я уже не охотник, ловить вас не буду. А за то, что вы были такими ловкими обезьянками, я подарю вам игрушку- обезьянку. Она где-то тут спрятана. Ищите!

### **Земляничка**

*Основные задачи:* учить детей самостоятельно обогащать и развивать игровые действия, способствовать творческому самовыражению.

*Оснащение:* привычное оборудование зала дополнить стульчиками, удобно разместить мячи, обручи.

#### *Организация и методика проведения*

I. Ребята! Я приклеила на пол нарисованные ягодки. Наш физкультурный зал стал похож на лесную полянку! И вы, конечно, сразу вспомнили сказку "Земляничка"! Когда земляничка поспела, ее хотели съесть разные лесные жители. Давайте покажем, кто как подбирался к земляничке, - у нас получится сказочное физкультурное занятие!

II. Помните, первым заметил земляничку комар. Наверное, он сидел где-то наверху - на дереве, или на кустике, или на пеньке. Влезайте, кто на что хочет.

"Ягодка созрела: красная, душистая! - запищал комар. Услыхала комара птичка и полетела на полянку, хочет съесть земляничку. Летите, птички! (бег врассыпную, махи руками 15-20 сек.).

Услыхала комара лягушка и поскакала на полянку, хочет съесть земляничку. Прыгайте, дети, на двух ногах: согните колени, разведите их в стороны, выставьте ладошки, растопырьте пальцы, квакайте (12-15 сек.).

Услыхала комара мышка, побежала на полянку, хочет съесть земляничку. Повыше поднимитесь, ребятки, на носочки, ведь у мышки очень маленькие лапки (бег врассыпную, 15-20 сек.).

Услыхала комара змея, поползла на полянку, хочет съесть земляничку. Ложитесь на живот, руки вытяните, соедините ладошки, ползайте, не помогая себе руками (12-15 сек.).

Набежала на солнышко туча. Увидел ее комар и запищал: "Дождь пойдет: мокрый, холодный!"

Услыхала комара птичка, скорей - на дерево!

Ребятки! Ищите себе "дерево". Влезайте и на гимнастическую стенку, и на веревочную лестницу, можно повиснуть на канате.

Услыхала комара мышка, скорей - в норку!

Ребята, можно спрятаться за стульчики, за обручи, за любой предмет в зале.

Услыхала комара лягушка, скорей под листок!

Скачите, ребята, и думайте, что может быть листком. Можно под "большой лист" спрятаться - перевернуть стульчик и присесть, держа его за спинку вверх ножками. А можно под свои ладошки спрятаться - под "маленький листок", только пониже присядьте.

Услыхала комара змея, скорей - под корень!

Ползайте, ребятки, к скамейкам, подлезайте под них, кто как сумеет.

А ягодка земляничка под дождем купается да радуется, что ее никто не съел.

Давайте устроим дождик из всех мячей, что есть в зале! - Подбрасывайте их повыше, пусть падают на пол как будто крупные капли дождя! Бросайте! Бросайте!

III. Положите мячи у стен и давайте сыграем все сначала.

### **Есть у солнышка друзья**

*Основные задачи:* доставить детям ощущение радости, способствовать развитию свободы детского восприятия, быстроты и легкости ориентировки в новых ситуациях.

*Оснащение:* скамейка.

*Организация и методика проведения*

I. Догадались, какое у нас сегодня физкультурное занятие? Если мы в одних трусиках и босиком, значит мы как будто пойдем на пляж!

Смотрите внимательно вперед: там, где дорожка сужается, идите друг за другом, а через камешки шагайте, высоко поднимая ногу (ходьба гурьбой в чередовании с ходьбой друг за другом по начерченной дорожке и перешагиванием через кубики; препятствия размещены по периметру площадки). Увидели пляж! Бегом за мной на песочек! (бег гурьбой 15-20 сек.).

II. 1. Сначала погреем на солнышке ручки, поднимайте их повыше, поворачивайте ладошки, пусть солнышко греет каждый пальчик. Повт. 3-4 р.

2. Пусть загорают пятки.

Ложитесь на спинку, поднимайте ноги повыше, пяточки - к солнышку. Повт. 3-4 р.

3. Будем загорелыми со всех сторон - поворачивайтесь на животик и снова на спинку. Полежите на правом боку, повернитесь на левый бочок. Повт. 4 р.

4. Давайте снова погреем ручки. Повт. 1-е упраж.

5. Пусть загорают пятки. Повт. 2-е упраж.

6. Попрыгаем-погреемся кто как хочет - на 2-х ногах, на одной ноге, с одной ноги на другую. Повт. 1-2 мин.

Теперь будем прыгать как будто с высокого берега в речку и "выплывать на песочек" на том берегу - спрыгивание со скамейки (высота 30 см), произвольное ползание на животе, работая руками и ногами (3-3 метра).

Выполн.: поточно, по 5-6 чел. Повт. 3-4 р.

Подвижная игра "Солнышко и дождик".

Вариант: дети "загорают" лежа на спине, животе, боку. По сигналу "Дождик!" - бег из названного исходного положения "в домик". Повт. 3-4 р.

III. Хоровод под песню (или речетатив) "Есть у солнышка друзья"

Есть у солнышка друзья	- ходьба по кругу,
Это - он, и ты, и я.	держась за руки.
Хорошо, когда друзья	- хлопки в ладоши,
Это - он, и ты, и я.	стоя на месте.

### Где же ваши погремушки?

*Основные задачи:* способствовать накоплению двигательного опыта, выразительной передаче характера движений.

*Оснащение:* погремушки - по 2 на каждого ребенка, мячи - по числу детей, ковер, квадратики, начерченные мелом у длинной стороны ковра, доска длиной 1,5-2 м.

*Организация и методика проведения*

I. Эй, веселые Петрушки!

Где же ваши погремушки?

Ребятки! Все упражнения сегодня на физкультурном занятии будут с погремушками. Только их надо сначала найти. Ищите! Каждый должен найти две погремушки. (Дети ищут погремушки, предварительно спрятанные в разных местах зала - под скамейками, на полочках, в корзинках и пр.).

Станьте на ковер, кто где хочет, повернитесь ко мне лицом.

II. Общеразвивающие упражнения с погремушками.

Где погремушки?

Сядьте на ковер, сложите ноги калачиком. Я закрою глаза, а вы выпрямите ручки и звоните погремушками. Как только я спрошу, где звонят погремушки, вы быстренько спрячьте их за спину и покажите мне пустые ручки, договорились? Я закрываю глаза. Где погремушки? (Повт. 4-5 р.).

2. Звонят погремушки!

Ложитесь на спину - звоните погремушками.

Повернитесь на животик - звоните погремушками.

Опять на спину. Повт. 4-6 р.

3. Сядьте, расставьте ноги широко, положите перед собой погремушки и поставьте руки на пол за спиной.

Согните ноги и поставьте носочки рядом с погремушками, опять расставьте широко в стороны. Повт. 4-6 р.



4. Потанцуем с погремушками (выполняется несколько элементарных музыкально-ритмических движений, знакомых детям, под музыкальное сопровождение или речетатив воспитательницы).

5. Упражнения в равновесии - ходьба по доске и бег зигзагами между погремушками, лежащими в ряд с интервалом 40 см.

Положите погремушки в квадратики, которые начерчены на дорожке, и станьте друг за другом. Сейчас пойдем по мостику - дощечке, а потом побежим между погремушками. Старайтесь не задевать их (ходьба за воспитателем, а при повторе - самостоятельно по доске и бег зигзагами между погремушками). Повт. 2-3 круга.

6. Катание мяча, сидя на полу, в "забор" из погремушек.

Давайте устроим забор из погремушек - кладите их рядышком по краю ковра. Теперь возьмите мячи и сядьте на другой стороне. Надо сильно отталкивать мячи, чтоб они докатились до погремушек.

Приготовьтесь: ноги расставьте пошире, мяч держите ладонками сзади, смотрите на погремушки. Покатили! А теперь ползите за мячиком (дети возвращаются на место, воспитательница поправляет "забор"). Повт. 4-5 р.

Сейчас мой мячик будет вас договнять - мы поиграем в игру "Мой веселый звонкий мяч". Повт. 3-4 р.

III. Спокойная ходьба.

### **Пловцы-молодцы**

*Основные задачи:* вовлекать детей в активное подражание способам действий, внося в них свои изменения; формировать эмоционально-положительное отношение и интерес к движениям.

*Оснащение:* скамейка (1-2), маска-шапочка "лягушка".

*Организация и методика проведения*

I. Ребятки! Мы с вами уж и "ходили", как будто, на пляж. Такое у нас было физкультурное занятие. А сегодня мы опять, как будто, будем плавать в речке! Будем заниматься босиком и в трусиках.

Пойдем по ровненькой дорожке и "по камешкам" (обычная ходьба в колонне в чередовании с прыжками на двух ногах, продвигаясь вперед). Повт. 3-4 р.

Побегаем немножко, потому что влезать в воду сразу нельзя (бег враспынную 15-20 сек.). Походите, посмотрите, где удобнее стать.

II. 1. Покажите, как вы будете плавать. Махи руками надо делать широкие, от груди - в стороны.

Выполн.: одновременное выпрямление рук вперед - в стороны до исходного положения перед грудью. Повт. 4-5 р.

2. Ложитесь на животик, ”поплывем“.

Выполн.: кругообразные движения руками, приподнимая плечи (как в 1-м упраж.) и прогибаясь. Повт. 4-5 р. (темп медленный).

3. Посидим на берегу, пошлепаем ножками, как будто, “по воде“: садитесь, упритесь руками сзади, ”поднимайте ”брызги“.

Выполн.: попеременно шлепать ступнями по полу. Темп быстрый. После 6-8 движений - пауза. Повт. 4 р.

4. Побрызгаем друг на друга.

Наклонитесь пониже, “зачерпните водичку“ ладошками и высоко подбросьте. ”Дождик, чаще! Дождик, гуще! Чтобы рос овёс получше!“

Выполн.: наклоны стоя с последующим энергичным выпрямлением под ритмичное проговаривание. Повт. 4-5 р.

Мы уже однажды прыгали как будто с мостика в речку и ”плыли“ на другой берег, помните? Снова будем прыгать с мостика, но ”плавать“ будем на спине (спрыгивание со скамейки + ползание на спине произвольно, расстояние 2,5-3 м).

Выполн.: поточно, по 5-6. Повт. 3 р.

Смотрите, смотрите, маленькие рыбки-карасики плавают (воспитательница начинает бег с характерными движениями руками, увлекая за собой детей). Машут карасики плавничками и хвостиками, резвятся в воде. Ква-а-а! - громко заквакала лягушка (воспитательница надев маску-шапочку, приседает, растопырив руки). Испугались карасики и спрятались за камешки (воспитательница сняв шапочку, а за нею и дети приседают у кубиков или других предметов, но можно и без них).

Давайте, ребята, придумаем название для этой игры (”Карасики и лягушка“ или другой вариант). Лягушкой не всегда буду я (назначить ребенка). Лягушек может быть много (все девочки). Повт. 3-4 р.

III. Когда вы будете сегодня дома рассказывать про наше занятие, наверное, покажете какие-то движения из него.

Кто что покажет?

### **Вот зима, кругом бело**

*Основные задачи:* приучить детей трансформировать движения в зависимости от образного задания. Развивать фантазию, свободу детского восприятия и мышления, обогащать эмоциональный опыт.

*Оснащение:* мешочки с песком или тряпичные мячи - максимальное количество, корзины-мишени для метания (3-5 шт.), 2/3 картонных ведра-шапки для Снежных Баб.

## Организация и методика проведения

### I. Белый снег, белый снег, Перекрашивает всех.

Ну, конечно, вы догадались, про что сегодня наше физкультурное занятие.

Выпал снег, много его насыпано. Пошли ребята гулять. По дорожке идти легко, а вот там, где дорожка кончается, надо высоко поднимать ноги (ходьба врассыпную, высоко поднимая колени), трудно идти по глубокому снегу. Повт. 3-4 р.

II. 1. А снег все падает и падает. Летят снежинки сверху вниз.

Выполн.: плавные движения руками сверху вниз. Повт. 4-5 р.

2. Давайте в снежки играть! - сказал Коля (Нина, Света). И началось: наклоняются ребята, "лепят снежки", сильно замахиваются, чтоб дальше бросить.

Выполн.: наклон и энергичное с замахом выпрямление. Повт. 3-4 р. каждой рукой.

3. А вот и санки! Садитесь верхом. Поехали-и-и-и! Крепко держитесь за веревочку!

Выполн.: приседание, руки - вперед со словом "поехали". Повт. 4-5 р.

4. Белый снег, белый снег,  
Перекрашивает всех!

Давайте "поволяемся в снегу", чтоб мама подумала, что это Дед Мороз пришел в дом.

Выполн.: повороты лежа - кто как хочет. Повт. 10-15 сек.

5. Всем ребятам  
Очень-очень,  
Очень нравится зима!

Выполн.: разные прыжки под речетативное повторение. Повт. 3-4 р.

Опять будем играть в снежки. Посмотрите, сколько их налепили для нас Снежные Бабы! Бросайте снежки в корзины! Посмотрим, кто попадет! (бросание мешочков с песком или тряпичных мячей правой и левой рукой в корзины у глухой стены, расстояние 2,5-3 м).

Все снежки разбросали ребята, а Снежные Бабы опять их налепили (воспитательница и 2-3 детей, которым надевают на голову картонные шапочки-ведра, собирают снежки и высыпают их из корзин на стартовую черту, игровое задание повторяется).

Выполн.: одновременно. Повт. 3-4 р.

Поднялась метель. (Воспитательница начинает бег, увлекая детей). Сначала снежки закружились и полетели медленно. Ветер усиливается - быстрее летят снежинки. Настоящая вьюга разыгралась, разметала снежинки

в разные стороны, летят и кружатся они быстро-быстро. Но вот ветер стихает, падают снежинки на землю.

Ребята, давайте как-нибудь назовем эту игру.

Сейчас мы поиграем в игру, как назвала ее Оля, а потом - как Игорь.  
Повт. 3-4 р.

III. Разные песни знают дети про снег, про зиму. И под каждую песенку можно водить хоровод. Под какую зимнюю песенку вы хотите потанцевать?

### **Весна, весна на улице**

*Основные задачи:* обогащать эмоциональный опыт детей; формировать умение находить средства воплощения двигательного замысла.

*Оснащение:* мячи и обручи по числу детей.

*Организация и методика проведения*

I. Ребята! Посмотрите, сколько лужиц я нарисовала на полу. Пришла весна, снег растаял и появились лужицы. Сейчас мы как будто пойдем гулять. Чтобы не “замочить ножки“, надо их высоко поднимать. Пошли.

Через лужицы шагай,

Выше ножки поднимай

(ходьба врассыпную с перешагиванием через “лужицы“ разных размеров).

Бегите за мной по дорожке, здесь нет “лужиц“ (бег гурьбой по краю площадки, 20-25 сек.), ходьба.

II. Весна, весна на улице. Все радуются солнышку. Давайте мы это покажем.

1. Радуются солнышку деревья, тянут свои веточки вверх и в стороны. Смотрите, как высоко вытянулись Сашины и Олины веточки. А Сережины в стороны потянулись. Повт. 5-6 р.

2. Радуются весне кошки. Покажите, как они греются на солнышке: одни на бочок легли, другие - на животик, кто-то - на спинку. Ножки вытянули, жмурят глазки, мурлыкают ласково - 2-2,5 мин.

3. И куры рады солнышку, покажите, как они гребут песочек лапками (сесть на пол, сгибать и выпрямлять ноги).

4. А уж как воробышки рады солнышку! Крылышками машут и весело чирикают.

Воробышки, воробышки

Летят, летят, летят

Найти скорее зернышки

Воробышки хотят.

5. Рады солнышку и детки! Вот как веселятся и пляшут. Воспитательница, напевая знакомую мелодию и приплясывая вместе с детьми, увлекает их на край площадки.

Смотрите, сколько разных “ручейков” появилось после первого весеннего дождика! (держа мелки в обеих руках, воспитательница быстро рисует поперек площадки 5-6 ручейков, шириной 20-40 см). А нам нужно на ту сторону добраться, там в корзине мячи лежат. Прыгайте через ручейки! Как хорошо весной! Можно мяч гонять во дворе! Берите, ребята, мячи и гоняйте их ногами! (Дети произвольно гоняют мячи, 3-5 мин.; воспитательница раскладывает обручи).

А теперь, ребятки, не шумите, не пугайте птичек. Видите, они в гнездышках сидят.

Подвижная игра ”Птички в гнездышках“. Повт. 4 р.

III. Птички улетели, а детки пошли на лужайку хоровод водить.

Есть у солнышка друзья

Это он, и ты, и я...