**Путешествие в Африку.**

**1.Вводная часть**:

инструктор: Здравствуйте, ребята!

Все проверили осанку, подтянулись, молодцы!

Вот теперь я вижу сразу – все вы просто храбрецы!

Вам сейчас открою тайну, мне вчера письмо пришло,

В нем какие-то пунктиры, точки, черточки, крючочки-

Не пойму я ничего. (Показ карты Африки и плана путешествия на ней)

Верно, да ведь это карта – Африканская страна,

Много там живет животных. Вот попасть бы нам туда!

Вы опасностей боитесь?

Дети: Нет.

Инструктор : Согласны вы со мной идти?

Дети: Да!

инструктор: В путь дорогу собирайтесь, едем в Африку, Ура!

Разминка. (под музыку)

(Дети идут по залу шагом )

Вот мы в Африку попали – красота вокруг.

До бананов дотянуться можешь ты мой друг! (Ходьба на носочках).

Вот немного подкрепились, силы набрались

Можно дальше идти смело – ну ка, собрались! (Ходьба шагом)

На пути опять преграда, камни впереди,

По камням идти не надо, по земле иди! (Ходьба на пятках)

Страшновато одному в незнакомом месте,

Лучше с другом я пойду – веселей и вместе! (Ходьба по залу в колонне, по двое)

Звучит фонограмма рычания тигра.

Ой ребята, вот беда, нас учуял тигр

От него бежать пора – тут уж не до игр. (Бег по залу)

Чтобы житель Африканский нас догнать не смог,

Мы преграду приготовим для него – песок! (Бег с захлестом)

А песок все горячей, обжигает ноги,

Ничего, в пути помогут нам с тобой подскоки! (Подскоки)

Отдохнуть пора, ребята. Нужно отдышаться.

Для дальнейшего пути силы нам набраться. (Медленный бег, с переходом на ходьбу)

Носом глубоко вздохнем, ртом мы шумно выдохнем,

Так подышим мы немного, и отправимся в дорогу. (Дыхательная гимнастика)

Чтобы нам с пути не сбиться, карта может пригодиться,

Что по плану тут у нас? Палки из бамбука?!

Для занятия нужна нам такая штука!

Палки дружно вы берите, – тут у нас такой расклад,

Мышцы наши разомнем, и отыщем клад. (Дети по очереди берут палки и строятся в три колонны)

**2.Основная часть**

***Общеразвивающие упражнения*** (под музыку)

Жалко нам, что в Африке елки нет на Новый Год,

*Не беда, ведь и с бамбуком веселиться наш народ!*

*В небе появилась птица – ну ка посмотри,*

*Крыльев плавный взмах ее – попробуй, повтори.* (Дыхательная гимнастика)

***Основные виды движений*** (под музыку)

Инструктор: В плане нашем говориться, дальше мы должны идти

Нам бамбук не пригодиться, трудности нас ждут в пути

(Дети кладут палки на место, перестроение в одну колонну)

Инструктор: Много нам пришлось пройти, наступило время,

Превратиться нам ребята в "Тумба-Юмба” племя.

Нужно нам в конце пути клад, сокровища найти,

Приключения нас ждут, "Тумба-Юмба”, где вы?

Дети: Тут!

Дети встают в круг, соединяют правые руки в центре круга, накладывая одну руку на другую и говорят*: «****Один за всех и все за одного****».*

Инструктор: теперь нам нужно разделиться

Только после этого, в поиски пуститься.

(Дети делятся на две колонны, берут мешочки с песком)

ребята, мост нам надо перейти,

Только он волшебный мост, любит он детишек,

Не совсем как вы, ребятки, а любит он мартышек.

(*Ходьба на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони с мешочком на спине*)

Вот звериная тропа, нас приведет к воде она.

(*ходьба между предметами (6-8 шт. ; расстояние между предметами 40 см) змейкой с мешочком на голове*)

А теперь должны мы с вами забросать мешочки в цель,

если все получится, откроется дальнейший путь

( *на расстоянии 3 м лежит обруч. Мешок в правой руке, левая нога впереди, энергичный замах- метание* по команде.

Труден через джунгли путь, тут и там преграда

Наклоняться не забудь – если это надо.(*подлезание под д*угой)

Перепрыгнуть через речку могут все из вас?

"Тумба-Юмба” племя не подведите нас. (*Прыжок в длину с места*)

Племя"Тумба-Юмба” прошло все испытания, которые встретили на своем пути, и сейчас пришло время отдохнуть, значит поиграть.

***Подвижная игра «Ловишки с прищепками»***

1.Ловцов выбираем кеглей. По одной прищепке вешают на всех участников, кроме «ловцов».  Поймав кого-нибудь из детей, «ловец» снимает с него прищепку и перецепляет ее на свою одежду. Игроки, у которых не осталось уже прищепок выходят из игры. Побеждает тот «ловец», у которого будет больше всех прищепок.

Племени была я рада, в детский сад ребятам надо

Раз, два, три, четыре, пять – дети вы сейчас опять.

**3.Заключительная часть.**

*Релаксация «Почувствуй друг друга»*

Дети в кругу. Почувствуйте руку друга, его надежное плечо, дух команды. Молодцы ребята! Вы с честью справились со всеми трудностями. Вы настоящие путешественники. Какие качества вам пригодились в путешествии в Африку? (сила, ловкость, сочувствие, отзывчивость, доброта, …)

Инструктор: Вам понравилось наше путешествие? До свидания!