

Осенний спортивный досуг «Путешествие в осенний лес»

Цель: развитие двигательной активности и физических качеств детей.

Задачи:

- закреплять навыки ходьбы, бега, прыжков, лазания;
- развивать умение ориентироваться в пространстве;
- развивать координацию движений, ловкость, выносливость;
- формировать положительные эмоции и интерес к занятиям физкультурой через игровую деятельность.
- создавать атмосферу радости и веселья.

Участники: дети младшей группы (3-4 года), воспитатель, инструктор по физической культуре.

Реквизит:

Обручи (по количеству детей + 1-2 запасных)

"Листья" из цветной бумаги или ткани (много)

"Грибы" из картона или поролона (несколько штук)

"Пеньки" из поролона или мягких модулей (несколько штук)

Музыкальное сопровождение (спокойная, веселая музыка)

Элементы костюмов для ведущих.

Ход досуга:

1. Встреча детей и создание атмосферы (5-7 минут)

Лесовичок: Здравствуйте, ребята! Я – Лесовичок! Сегодня мы с вами отправимся в удивительное путешествие в осенний лес. Вы готовы?

Дети: Да!

Ведущий: В осеннем лесу так красиво! Деревья оделись в золотые и красные наряды, под ногами шуршат разноцветные листья. Давайте и мы с вами превратимся в настоящих лесных жителей!

Разминка «Лесные жители»:

Ходьба на носочках, как зайчики (руки перед собой, как будто держат морковку).

Ходьба на пятках, как мишки косолапые (руки опущены, покачиваемся).

Бег легкий, как лисички (руки согнуты в локтях, бежим на полусогнутых ногах).

Прыжки на двух ногах, как лягушки (приседаем, прыгаем вперед).

Повороты туловища, как деревья качаются на ветру.

Наклоны вперед, как будто собираем ягоды.

2. Путешествие по осеннему лесу (20-25 минут)

Лесовичок: Молодцы, ребята! Хорошо размялись. А теперь – в путь! Смотрите, какое яркое солнышко! Давайте с вами поиграем на солнышке, а если вдруг начнётся дождик мы с вами спрячемся под зонтик! Игра «Солнышко и дождик».

Лесовичок: Ребята, смотрите, сколько луж после дождика! Давайте их перепрыгнем, чтобы не замочить ножки!

Игра «Перепрыгни через лужи»:

На полу раскладываются обручи – это «лужи». Дети по очереди должны перепрыгнуть через каждую «лужу».

Лесовичок: Осень щедро осыпала лес своими листьями! Давайте поможем лесу навести порядок, и соберем все листочки в корзинку.

Игра «Собери осенние листья»:

На полу разбросаны "листья" из бумаги. Дети должны собрать как можно больше "листьев" в корзинку.

Лесовичок: А что же под листочками спряталось? Смотрите, какие красивые грибочки! Давайте их найдем и соберем для нашей лесной кладовой.

Игра «Найди грибок»:

«Грибы» спрятаны в разных местах игровой площадки. Дети ищут их и приносят ведущему.

Лесовичок: Ребята, скажите, какие звери живут у нас в лесу? Если вы не помните, подскажу:

Растут на макушке
Длинные ушки.
Он хоть и мальчишка,
А такой трусишка!
Ну-ка, угадай-ка,
Как зовется? — Зайка.

Ещё одна подсказка, угадайте ещё одного лесного жителя:

Рыжая краса,
Пушистый хвост краса,
В лесу живет,
Кур в деревне крадет.
Кто это, угадай-ка,
Хитрая, как ... Лиса!
Подвижная игра «Зайки и лиса».

Лесовичок: Как же много всего интересного мы увидели в осеннем лесу! Но, к сожалению, наше чудесное путешествие подходит к концу, и нам пора возвращаться в детский сад.

Чтобы нам вернуться, нужно преодолеть полосу препятствий:

1. Пролезть в норку;
2. Пройти по бревну;
3. Пройти по кочкам.

Выход.

