

МБДОУ «Детский сад №7»

**Конспект физкультурного досуга для детей
старшего дошкольного возраста «Отправляемся в
поход – осень в гости нас зовёт»**

Воспитатель: Гришина Е.В.

Интеграция образовательных областей: физическое развитие, речевое развитие, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное.

Виды деятельности: игровая, познавательно-исследовательская, восприятие художественной литературы и фольклора, музыкальная, двигательная.

Цель:

- ✓ формирование здорового, жизнерадостного, физически развитого ребёнка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

Задачи:

✓ **Развивающие:**

- развивать у детей интерес к туризму, к спортивным соревнованиям, способствующих физическому развитию, закаливанию и выносливости детского организма;
 - развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, способность к самоконтролю и самооценке при выполнении движений;
 - развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- способствовать развитию психофизических качеств.

✓ **Воспитывающие:**

- формировать стремление детей активно общаться с окружающими;
- воспитывать чувство удовлетворения от физической нагрузки;
- воспитывать активность и доброжелательность во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми во время физической активности.

✓ **Обучающая:**

- закреплять умение участвовать в различных подвижных играх, в том числе в играх с элементами соревнований

✓ **Здоровьесберегающая:**

- актуализировать знания детей о правилах безопасного поведения в природе и во время подвижных игр.

Оборудование: 2 корзины, 3 веревки, обручи, мячи.

Ход досуга.

Воспитатель:

Следом за летом осень идет,
Желтые песни ей ветер поет,
Красную под ноги сыплет листву,
Белой снежинкой летит в высоту.

Дети исполняют песню «Осень постучалась к нам золотым дождем».

Воспитатель:

- Ребята, сегодня я получила письмо (читает):

Приглашаю детский сад

В лес осенний погулять.

И подпись – Старичок-лесовичек.

Отправляемся в поход,

Сколько нас открытий ждет!

Дети выходят на прогулку в осенний лес.

1.Разминка.

По дороге в лес дети медленно трусой вместе с воспитателем пробегают 3 отрезка по 60-150м. В перерывах между бегом ходьба свободным шагом.

По дороге дети набирают букеты осенних листьев.

2.Игровое упражнение «Переправа».

Детям предлагается перейти по мостику через ручеек (имитация). Воспитатель чертит на дороге две параллельные линии – мостик и внимательно смотрит, чтобы дети «не замочили» ног.

3.Игровое упражнение «В горку бегом».

Дети по сигналу воспитателя вбегают в горки, которые попадаются по пути в лес. Придя на лесную поляну, дети делают привал.

Воспитатель:

- Здравствуй, лес, дремучий лес,

Полный сказок и чудес!

Воспитатель рассказывает о правилах безопасного поведения в лесу.

Дети любуются красотой осенней природы, узнают названия деревьев по листикам. Вдруг из леса выходит Лесовичок (воспитатель в костюме Лесовика).

Лесовик:

- Получили вы мое письмо? **Ответы детей.**

Давно я гостей поджидаю,

С детьми я сейчас поиграю.

Каждый твердо знает-

Физкультура укрепляет

Наши мышцы, тело,

Физкультура помогает

Сильным быть и смелым.

Лесовик предлагает детям разделить на две команды. Дает задание собрать кленовые и дубовые листья. Листья прикрепляет на грудь детям. Одна команда получает название «Кленовые листья», другая – «Дубовые листья».

Лесовик:

- Если хочешь стать умелым,
Ловким, быстрым, сильным, смелым,
Никогда не унывай,
Скорей в корзину попадай!

4.Игра «Попади в корзину»

Для каждой команды подвешиваются на деревья две корзины, которые расположены на одинаковом расстоянии от команд. По сигналу Лесовика дети обеих команд должны забросить как можно больше шишек в свою корзину. Побеждает та команда, у кого больше шишек в корзине.

5.Лесная эстафета.

Лесовик:

- А теперь наши главные соревнования - **«Лесная эстафета».**
Желаю от души,
Чтоб результаты ваши
Все были хороши.
Построение команд, подготовка полосы препятствий.

Полоса препятствий:

- **Добеги до дерева.**

Дети добегают до указанного дерева, оббегают его и на обратном пути преодолевают полосу препятствий.

- **Перепрыгни лежащее дерево.**

Натягивается веревка между двумя деревьями на высоту 40см, дети должны ее перепрыгнуть.

- **Пролезь в обруч.**

На траве разложены по 3 обруча для каждой команды.

- **Бег змейкой между предметами.**

Побеждает та команда, участники которой, правильно выполнив задания, первыми заканчивают эстафету.

Игра «Дует, дует ветер»

Лесовичок проводит игру «Дует, дует ветер».

Слова	Движения
Дует, дует ветер, Дует, завывает	Руки вверх, раскачивание вправо и влево
Желтые листочки с дерева срывает	Руки вверх, дети шевелят пальцами и через стороны опускают руки в низ
И летят листочки, кружат по дорожке	Машут руками и кружатся
Падают листочки, прямо нам под ножки	Дети медленно приседают
И бегут по листьям маленькие ножки	Бег на месте

Лесовик:

Внимание! Внимание!

Продолжаем соревнования.

Заниматься мы должны

Спортом все усиленно,

Ведь стране нашей нужны

Смелые и сильные.

- **Игра «Перетягивание каната»**

Команды встают друг напротив друга и перетягивают канат.

Лесовик:

- А сейчас пришла пора поиграть нам, детвора. В игру непростую, в игру грибную.

Лесовик загадывает загадки о грибах то одной, то другой команде.

1. Я в красной шапочке расту

Среди корней осиновых,
Меня узнаешь за версту,
Зовусь я ... (подосиновик)

2. Под зеленой елкой спрятался Егорка,
На кранной одежке белые горошки (мухомор)

3. Растут на опушке розовые подружки,
А зовут их... (волнушки)

4. Растут в лесу сестрички
Рыжие ... (лисиčky)

5. Среди молодых сосенок
В блестящей темной шапочке
Растет грибок... (масленок)

6. На толстой белой ножке коричневая шапка,
Наверняка любой грибник найти мечтает... (боровик)

Лесовик:

- Молодцы, ребята!
Все загадки отгадали.
Кто в лесок пойдет?
Кто грибок найдет?
Дети поют песню «Где ты спрятался, грибок?»

Лесовик:

- Как чудесно, ребята, вы поете, просто заслушаешься!

Ребенок:

Мы веселые ребята,
Любим бегать и скакать,
Ну, попробуй нас догнать.

• **Подвижная игра «Догонялки»**

Лесовик бежит за детьми, догоняет их, салит. Хвалит за быстроту и ловкость.
Подводит итоги спортивных игр. Победителям вручают красивые букеты осенних листьев, которые по дороге набрали дети.
Лесовик прощается с детьми, раздает им осеннее угощение – яблоки и груши.

Дети:

Чтоб расти и закаляться,
Будем спортом заниматься.

Воспитатель:

Закаляйся, детвора,
В добрый час.

Дети:

Физкульт-ура!
Возвращаются из леса в детский сад.