Физкультурный досуг для детей средней группы

«Путешествие в осенний лес»

Цель. Создать у детей бодрое настроение. Дать почувствовать радость движения.

Задачи:

образовательная: расширять словарный запас детей за счет имен существительных (названия грибов);

развивающая: развивать двигательные способности: силу, быстроту, выносливость, гибкость, координацию; развитие общей, мелкой моторики;

воспитательная: воспитывать дружелюбие, стремление к взаимовыручке.

Предварительная работа: изобразительная деятельность по теме «Грибы»; рассматривание иллюстраций с изображениями грибов: боровика, лисички, подберезовика, подосиновика, мухомора, поганки; дидактические игры: «Какой гриб лишний?», «Съедобный - несъедобный гриб».

Словарная работа: боровик, лисички, подберезовик, подосиновик, мухомор, поганки.

Работа с родителями: беседа о грибах.

Материал: две доски (ширина-15см, длина-2,5метра); мячи среднего размера; корзины для мячей и грибов, медальоны-грибы; иллюстрации с изображениями грибов; муляжи ядовитых грибов; осенние листья по две на подгруппу детей; игрушка белка; бубен; дудочка; модули на подгруппу детей; аудиозаписи: «Голоса птиц», Е.Тиличеева «Марш», А.Жилина «Вальс».

Техническое средство: Магнитофон.

Интеграция образовательных областей: «Физическая культура», «Здоровье», «Коммуникация», «Познание», «Музыка».

Ход досуга

Зал украшен осенними листьями

Воспитатель. Ребята! Мы с вами поедем сегодня на прогулку. Поедем, знаете, на чем? На паровозике (*ту-ту-ту-звук паровоза за кулисами*)

Воспитатель. Занимайте, пожалуйста, места (*звучит песня «Паровоз», дети входят друг за другом в музыкальный зал, выстраиваются вдоль стены*).

(Голоса птиц)

Воспитатель. Солнышко не хочет землю согревать. Листья пожелтели, стали опадать. Дождик часто льется, птицы улетают. Когда это бывает?

Дети. Осенью.

Воспитатель. Правильно, осенью! Мы с вами приехали в осенний лес. В лесу нет домов, здесь растут разные деревья и кустарники. Их очень много. Лес большой, можно в нем заблудиться. В лесу всегда тихо и особенный удивительный воздух. Давайте понюхаем его.

«Дыхательное упражнение»: Носиком вдыхаем воздух, выдыхаем ротиком «трубочкой».

Воспитатель. Замечательное красивое время года - осень! Она радует нас своими красками, своим богатством. Какие в осеннем лесу богатства?

Дети. Грибы, ягоды, разноцветные листья.

Воспитатель. Правильно, я вас приглашаю погулять в осеннем лесу.

Звучит музыка

Упражнения в ходьбе и беге:

-спокойная ходьба друг за другом: «Листопад, листопад, под ногами у ребят листья весело шуршат»;

-ходьба на носочках, руки вверх: «Идем по узкой тропинке; идем осторожно, чтобы не топтать грибы и ягоды»;

-ходьба в полуприседе, руки на бедрах: «Идем через густой кустарник; приседаем, чтобы не повредить веточки»;

-ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе: «Обходим сухие опавшие листья; старайтесь осторожно передвигаться, чтобы не наступить на грибы и ягоды»;

-легкий бег на носочках, руки на поясе «Выбегаем на солнечную полянку»

(образуя круг, выстраиваются возле пары листочков)

Воспитатель (*с корзиной*).

Нам и лето, нам и осень. Чудеса всегда приносят,

Но грибы, что дарит лес, это чудо из чудес!

Какие грибы растут в лесу? Отгадайте загадки, узнаете.

-Ходят в рыженьких беретах. Очень дружные сестрички-

Золотистые…..

Дети. Лисички!

Воспитатель показывает иллюстрацию из корзины.

-И под старою сосной, где склонился пень-старик,

Окруженный всей семьей, вырос первый …

Дети. Боровик!

Воспитатель показывает иллюстрацию из корзины

Воспитатель. Некоторые грибы названы в честь деревьев, под которыми они растут. Я родился в день дождливый, круглый, гладкий и красивый,

С ножкой длинной и прямой под березой молодой.

Дети. Подберезовик.

Воспитатель показывает иллюстрацию из корзины

Воспитатель. Я в красной шапочке стою, меня увидишь далеко

Среди осины я живу. Зовусь я…

Дети. Подосиновик!

Воспитатель показывает иллюстрацию из корзины

Воспитатель. Молодцы, ребята! Теперь вы знаете, какие грибы растут в лесу. Девочки и мальчики, хотите превратиться в грибочков?

Дети надевают медальоны-грибы

Общеразвивающие упражнения «Веселые грибочки»

«Фонетическая зарядка»

Воспитатель. «Дети-грибочки» дудят в дудочку, приглашаю грибы повеселиться: ай-ду-ду, ай-ду-ду, я играю на ду-ду!

-«Грибочки пляшут» (*с листочками*). И.п.: ноги слегка расставлены, листья внизу в руках. Поднять руки с листочками через стороны вверх, сказать: «Ох!», отпустить руки, сказать «Ах!»(5 раз).

-«Грибочки качаются». И.п.: сидя, ноги на ширине плеч, руки с листочками на поясе. Наклониться вправо, влево, вернуться в и.п.(5раз).

-«Грибочки шалуны ». И.п.: лежа на спине, руки с листочками вдоль туловища. Поднять правую (левую) ногу, опустить, вернуться в и.п.(5раз)

-«Грибки-попрыгунчики». И.п.: ноги слегка расставлены, руки с листочками на поясе. Выполнить 8 прыжков на месте на двух ногах, непродолжительная ходьба на месте и снова повторить прыжки (2 раза).

Воспитатель. Молодцы! Вы так старались, что очень были похожи на грибы; а листочки, а листочки, полетали, полетали и на землю тихо сели;
Ветер снова набежал, и листочки все поднял,-
Закружились, полетели, и на землю снова сели.

Дети устроили листопад, после подбежали и присели возле березы

Дыхательная гимнастика «Сдуй листочек»

Воспитатель. А у кого листок не слетел с ладошки, давайте наберем воздух и сдуем листочки (*вдох через нос, выдох-через рот «трубочкой»*-2-3раза)

Отгадайте мою загадку.

- На березе, на верхушке замелькали чьи-то ушки.

Показался хвост пушистый, мех пушистый, золотистый,

Кто грибочки собирает да на зиму запасает?

Дети. Белка!

Под музыку вбегает белка

Белка. Здравствуйте, дети! Белка я, зверек игривый. Озорной и шаловливый. Я без устали тружусь. Этим я всегда горжусь. Ребята, я целый день скакала, устала; помогите мне, пожалуйста, собрать грибы. Я насажу их на ветки и высушу, а холодной зимой буду прыгать по ветвям деревьев и подкрепляться сушеными грибами.

Воспитатель. Поможем белке? Пойдем грибы собирать? *Звучит музыка*

Ходьба по доске, руки в сторону: «Через мостик идем» (2 раза).

Белка. Вот сколько грибов выросло! Помогите собрать их!

Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками в течение 2-3минут.

Белка. Молодцы, ребята! Вы очень отзывчивые. Я благодарю вас за помощь, теперь у меня очень много грибов; я смогу поделиться со своими друзьями-лесными жителями. Я хочу вам показать, как буду угощать своих друзей грибами. Садитесь на пенечки и помогайте мне.

Пальчиковая гимнастика «Белка-белочка»

-Сидит белка на пенечке, раздает она грибочки.

Лисичке-сестричке, воробью, синичке, Мишке толстопятому, заиньке усатому,

Кому в платок, кому в зобок, а кому в лапочку. Спасибо, ребята, за грибы!

Поскакала я к своим друзьям. До свидания (*уходит с корзиной*)

Воспитатель. А ведь в лесу не все грибы съедобные; есть такие, которые и трогать нельзя. Они вызывают отравление: сильно кружится голова,

тошнота, рвота, боль в животе. Грибы эти вовсе не надо искать, а если увидишь-не стоит их брать. Почти что на каждой полянке растут противные…

Дети. Поганки!

Воспитатель. Возле леса, на опушке, украшая темный лес,
Вырос пестрый, как Петрушка, ядовитый…

Дети. Мухомор!

Воспитатель. Теперь вы настоящие грибники; пойдем собирать грибы. Посмотрим, кто окажется более удачливым в сборе грибов. Не забудьте, пожалуйста, что: собирать можно только знакомые тебе грибы, ядовитые грибы не трогай руками.

Подвижная игра «Собери грибы»

В игре участвуют две команды, на поляне рассыпаны грибы. Все дети приседают на корточки и выполняют движения, о которых говорится в стихотворении. После последних слов по сигналу воспитателя «бубен», дети разбегаются, собирают грибы по одному. Игра повторяется два раза.

Воспитатель. Давайте присядем, с помощью пальчиков расскажем, как растут грибы в лесу.**«Пальчиковая гимнастика»**

Меж еловых мягких лап дождик кап-кап-кап!
Где сучок давно засох, серый мох, мох, мох!
Где листок к листку прилип, вырос гриб, гриб, гриб!
Кто нашел его друзья?

Дети. Это, я! Я! Я!

Воспитатель. Молодцы, ребята, вы настоящие грибники. Никто не положил в корзину ядовитые грибы.

Замечательная у нас сегодня была прогулка. Побывали мы в осеннем лесу. Чем мы занимались в лесу? У кого в гостях были? В какую игру поиграли? Кто запомнил ядовитые грибы? Их можно трогать руками? А вам понравилось в осеннем лесу? (*Ответы детей*) Мы поиграли, подружились с белкой. Давайте еще раз подышим удивительным лесным воздухом. Носиком вдыхаем воздух, выдыхаем ротиком «трубочкой» **Воспитатель**. А вот и паровоз подъехал (*ту-ту-ту-звук паровоза за кулисами*). Пора отправляться в группу. Занимайте места. *Под музыку дети уходят.*