|  |  |
| --- | --- |
| **Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  **№ 68 г. Липецка**  **Физкультурный досуг**  **«Осень в лесу»**  **(средняя группа)**  **Подготовила:**  **воспитатель**  **Быкова М.В.**  **Липецк – 2020 г.**  **Задачи:**  - развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость, координацию;  - воспитать в детях любовь к спорту, то­варищество и спортивный характер, дружелюбие, стремление к взаимовыручке;  - расширять словарный запас детей за счет имен существительных  (названия грибов);  - создать радостное настроение у детей.  **Оборудование:** декорация леса (деревья, грибы), листья, 2 букета из листьев, кирпичики, корзина, изображение грибов, 2 корзинки, 2 обруча. |  |

**Ход досуга.**

*Под музыку дети входят в зал*

**Воспитатель**. Ребята! Мы с вами поедем сегодня на прогулку. Поедем, знаете, на чем? На паровозике. (*Звук паровоза*). Занимайте, пожалуйста, места. *(Паровозиком идут вокруг зала, становятся полукругом)*

**Воспитатель.** 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? *(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)*

**Общеразвивающие  упражнения «Веселые листочки»**

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

2. «Листочки  танцуют». И.п.: ноги на ширине плеч, руки с листочками на поясе. Наклониться вправо, влево, вернуться в и.п.(5раз).

3. «Листочки опадают на землю». И. п.: ноги на ширине плеч, руки с листочками внизу, вдоль туловища.

1 - присесть, положить листочки на землю перед собой,

2 - встать, выпрямиться,

3 - присесть, взять листочки,

4 – встать, выпрямиться (повторить 4 раза)

4. «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).

***Дыхательная гимнастика***

**Воспитатель**. Молодцы! Вы так старались. Отгадайте мою загадку.

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

Показался хвост пушистый, мех пушистый, золотистый,

Кто грибочки собирает да на зиму запасает? ***(Белка)***

*Под музыку вбегает белка*

**Белка**. Здравствуйте, дети! Белка я, зверек игривый. Озорной и шаловливый.

Поэтому я предлагаю вам поиграть.

**Эстафета 1. «Передай листочки»**

Бег по прямой и обратно.

**Эстафета 2. «Веселые кирпичики»**

Прыжки на двух ногах через кирпичики

**Белка:** (*с корзиной, в ней иллюстрации грибов*)

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.

1. Ходят в рыженьких беретах. Очень дружные сестрички-

Золотистые….. (Лисички!)

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

Окруженный всей семьей, вырос первый …(Боровик!)

**Белка:** Некоторые грибы названы в честь деревьев, под которыми они растут.

1. Я родился в день дождливый, круглый, гладкий и  красивый,

С ножкой длинной и прямой под березой молодой. (Подберезовик.)

1. Я в красной шапочке стою, меня увидишь далеко

Среди осины я живу. Зовусь я…(Подосиновик!)

*Воспитатель показывает иллюстрации.*

**Белка:** 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.

1. Грибы эти вовсе не надо искать, а если увидишь – не стоит их брать. Почти что на каждой полянке растут противные…(Поганки!)
2. Возле леса, на опушке, украшая темный лес,

Вырос пестрый, как Петрушка, ядовитый… (Мухомор!)

*Воспитатель показывает иллюстрации.*

**Белка:**  Молодцы, ребята! Теперь вы знаете, какие грибы растут в лесу. 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? Будем грибы собирать?

**Эстафета 3. «Собери грибы»**

Напротив каждой команды в обруче лежат грибы. Дети должны добежать до обруча, взять грибок, вернуться к команде и положить в корзину.

**Белка**. Вот сколько грибов помогли собрать! Молодцы, ребята! Ребята, а чтобы грибы еще выросли, должно светить солнышко и должен идти дождик.

**Подвижная игра «Солнышко и дождик».**

На слово «солнышко» дети прыгают, бегают, выполняют танцевальные движения. На слово «дождик»- прячутся под зонтик. *(К воспитателю)*

**Белка.** Вы очень отзывчивые. Я благодарю вас за игры, за помощь, теперь у меня очень много грибов; я смогу поделиться со своими друзьями-лесными жителями. Поскакала я  к своим друзьям. До свидания (*уходит с корзиной грибов*).

**Воспитатель**. А вот и паровоз подъехал (*звук паровоза*). Пора отправляться в группу. Занимайте места.

*Под музыку дети уходят.*