Спортивный досуг в средней группе «В гостях у осени».

Цель: создание благоприятного эмоционального состояния **посредством** игровых упражнений и подвижных игр.

Задачи:

1. Закреплять ранее полученные двигательные умения и навыки;

2. Развивать физические качества: быстроту, ловкость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве.

3. Воспитывать выдержку, доброжелательные отношения между детьми, чувство дружбы, взаимопомощи.

Оборудование: презентация, костюм осени, костюм грибника, корзины плетеные (5 шт.), корзина больная плетеная для яблок, шишки, листья осенние бумажные (для танца), шишки лесные, деревянные грибы (съедобные), обруч – 3 шт., тренажер «Координационная лестница», листья на ленточках для дыхательной гимнастики (по количеству детей), сенсорная дорожка для хождения босиком, яблоки по количеству детей.

Ход мероприятия:

Слайд 1

Инструктор по ф. к.: Здравствуйте, дети! Отгадайте мою загадку:

Если на деревьях листья пожелтели,

Если в край далекий птицы улетели,

Если небо хмурится,

Если дождик льется,

Это время года, дети, как зовется?

Дети: **Осень**!

Инструктор по ф. к.: Правильно. **Осень** - удивительное время года. Яркое, необыкновенное и волшебное. Сегодня мы навестим **Осень** и сходим к ней в гости. А вы знаете, где она живёт?

Дети отвечают…

Инструктор по ф. к.: Правильно, [осень живёт в лесу](https://www.maam.ru/obrazovanie/osen). Вы готовы пойти к ней в гости?

Дети отвечают…

Инструктор по ф. к.:

Мы шагаем по дорожке, поднимаем выше ножки! – Ходьба по сенсорной дорожке.

Чтобы нам не опоздать надо быстро нам бежать! - бег.

По дорожке ровной, гладкой мы поскачем на лошадке! – подскоки *«галопом»*.

По извилистой тропинке тихим шагом мы пойдём - ходьба *«змейкой»*.

В лес осенний попадём и[осень золотую позовём](https://www.maam.ru/obrazovanie/osennie-prazdniki)!

Дети зовут **осень…***(выходит****Осень****)*

**Осень***(воспитатель)* :

Здравствуйте, мои друзья!

К вам пришла на праздник я!

Я немного задержалась,

Всё трудилась, наряжалась!

Инструктор по ф. к. :

Здравствуй, **Осень**, здравствуй, **Осень**,

Хорошо, что ты пришла.

У тебя мы [осень спросим](https://www.maam.ru/obrazovanie/osennij-les-sport) :

Что в подарок принесла?

Слайд 2

**Осень**: Вам листочки принесла в своем волшебном лукошке.

Поиграем с ними?

Дети: Да.

Дыхательная гимнастика «Осенний ветерок».

И.п.: основная стойка (пятки вместе, носки врозь), держать листья на уровне лица; 1 — плавный вдох; 2 — на выдохе произносить звук «ф». При правильном выполнении упражнения листочек отклоняется в сторону. Повторить упражнение 4-5 раз.

Инструктор: «Осенние листочки на веточках сидят,

Подул маленький ветерок и качает наш листок (дети плавно дуют на лист);

Дует сильный ветерок и качает наш листок (дети интенсивно дуют на лист).

Инструктор: молодцы ребята, а сейчас давайте поиграем с листочками, которые принесла нам Осень!

Игра *«****Осенние листочки****»*

Мы листочки, мы листочки, мы **осенние листочки**.

Мы на дереве сидели, ветер дунул – полетели *(дети бегают с листочками)*.

Перестал дуть ветерок, мы уселись все в кружок *(дети присаживаются в кружочек)*.

Инструктор по ф. к. :

Ветерок подул в другую сторону, листочки снова полетели.

Прилетели листочки на спортивную полянку и опустились на землю.

**Осень** : ребята! Мне ветер – мой дружок нашептал, что вы очень талантливые и умеете танцевать? И подготовили и мене подарок !

Дети : да!

Танец с листочками «Осень в гости к нам идет» (муз. и сл. Е. Гомоновой).

Инструктор по ф. к. : Вот ребята молодцы, весело с листочками играли и танцевали, порадовали Осень! Будем наш досуг продолжать, будем бегать и играть, да здоровье укреплять.

Инструктор: дети, отгадайте мою загадку -

«Быстрый маленький зверёк.

По деревьям скок-поскок» (белка).

Слайд 3

Молодцы, ребята! А вы умеете прыгать как белка?

Упражнения на координационной лестнице.

«Белочки» - стоя, лицом к лестнице, ноги слегка расставлены и согнуты в коленях, руки на поясе. Прыжки на двух ногах в каждую ячейку лестницы, мягко приземляясь на полусогнутые ноги.

«Озорные бельчата» - стоя лицом к лестнице, ноги вместе, выполняется прыжок в первую клетку, затем прыжок в следующую клетку ноги расставлены за пределы клетки на ширину плеч.

Осень : ребята, а вы любите играть? (спрашивают и у маленьких зрителей). **Осень:** Звери запасают грибы, орехи, вот и белочка хлопочет, давайте поможем ей.

**Аттракцион «Собери белкам шишки»** (для игры приглашают детей из зрительного зала 1 мл. группы, 2-3 чел.).

На ковре рассыпаны шишки, кубики, шарики.

Произвольно выбираются двое детей. В руки детям даются небольшие плетёныё корзинки. По команде ведущего «Раз, два, три, шишки собери! » игроки начинают собирать в корзинки еловые и сосновые шишки, рассыпанные по полу зала. По команде «Стоп, игра! » дети прекращают собирать шишки. Ведущий и Осень подсчитывают собранные игроками шишки.

Ребята, отгадайте мою загадку :

Мы вчера в лесок зашли,  
И чего мы там нашли?  
Он стоял на толстой ножке,  
В крепкой шляпе у дорожки.

(гриб)

Слайд 4-5.

Скажите пожалуйста, кто знает где растут грибы и в какое время года их собираю?

Дети отвечают.

Инструктор показывает деревянные грибы – муляжи (съедобные).

А скажите пожалуйста кто ест грибы?

Дети отвечают.

Хорошо, молодцы!

А сейчас мы поиграем в игру, которая называется «Грибы – шалуны!».

**Подвижная игра «Грибы-шалуны».**  
Кладется обруч – «корзинка грибника». В корзине находятся дети – «грибы». «Грибник» присаживается на корточки рядом с обручем. Он долго ходил по лесу, устал, заснул.   
На пеньке сидит грибник,  
Отдыхает, крепко спит.  
Тише-тише, не шумите,  
Грибника не разбудите!  
Дети – «грибы» выбегают из «корзинки», прыгают, шалят на лужайке. Инструктор говорит: «Грибник проснулся!» «Грибник» после слов педагога просыпается, видит, что грибы рассыпались – разбежались, начинает догонять детей. Дети должны успеть забежать «в корзину» до того, как до них дотронется «грибник».

**Осень:** ой ребята, какие вы быстрые, уморили меня! Я что – то слышу? Мой дружок – ветерок говорит, что вы и петь умеете? Порадуете нас всех песенкой?

Дети исполняют песню «Осенняя прогулка» (муз. и сл. Е. Скрипкина).

Слайд 6.

**Осень**: Ребята, вы такие молодцы я приготовила для вас угощения! ( У Осени в корзине яблоки для детей).

Быстро время пролетело,

Расставаться нам пора.

Ждут меня еще заботы.

До свиданья, детвора!

А вас уже наверно заждались в детском саду!

Слайд 7.

Осень провожает детей в группу под музыку.