

Отправляемся в поход – осень в гости нас зовёт

Алевтина Рудольфовна Ропова,
воспитатель МБДОУ «ЦРР № 34», г. Струнино,
Владимирская область

Дети очень любят ходить на экскурсии. Осеннюю экскурсию в лес я объединила со спортивными играми. Данный досуг не требует большой подготовки и может провести любой воспитатель.

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 верёвки, обручи, мячи.

Ход досуга

Воспитатель:

Следом за летом осень идёт,
Жёлтые песни ей ветер поёт,
Красную под ноги сыплет листву,
Белой снежинкой летит в высоту.

Дети исполняют песню «Осень потучалась к нам золотым дождём».

Воспитатель: Ребята, сегодня я получила письмо (читает):

Приглашаю детский сад
В лес осенний погулять.
И подпись — Старичок-лесовичок.
Отправляемся в поход,
Сколько нас открытий ждёт!

Дети выходят на прогулку в осенний лес.

Разминка

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

По дороге дети набирают букеты осенних листьев.

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.

Игровое упражнение «В горку бегом»

Дети по сигналу воспитателя вбегают в горки, которые попадают 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 любят красоту осенней природы, узнают названия деревьев по листикам. Вдруг из леса выходит Лесовичок (воспитатель в костюме Лесовика).

Лесовик:

Получили вы моё письмо? *(Ответы детей.)*

Давно я гостей поджидаю,
С детьми я сейчас поиграю.
Каждый твёрдо знает —
Физкультура укрепляет
Наши мышцы, тело,
Физкультура помогает
Сильным быть и смелым.

Лесовик предлагает детям разделиться на две команды. Даёт 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!

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.

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

1. Добеги до дерева.

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

2. Перепрыгни лежащее дерево.

Натягивается верёвка между двумя деревьями на высоту 40 см, дети должны её перепрыгнуть.

3. Пролезь в обруч.

На траве разложены по 3 обруча для каждой команды.

4. 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».

Дует, дует ветер, Дует, завывает	Руки вверх, раскачивание вправо и влево
Жёлтые 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 всё 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 ... (*погосиновик*)
2. Под зелёной ёлкой спрятался Егорка,
На кранной одежке белые горошки.
(*Мухомор.*)
3. Растут на опушке розовые подружки,
А зовут их... (*волнушки*)
4. Растут в лесу сестрички
Рыжие ... (*лисички*)
5. Средь молодых сосенок
В блестящей тёмной шапочке
Растёт грибок... (*маслёнок*)
6. На толстой белой ножке коричневая шапка,



Наверняка, любой грибник найти мечтает... (*боровик*)

Лесовик: Молодцы, ребята! Все загадки отгадали.

Кто в лесок пойдёт?
Кто грибок найдёт?

Дети поют песню «Где ты спрятался, грибок?».

Лесовик: Как чудесно, ребята, вы поёте, просто заслушаешься!

Ребёнок:

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

Подвижная игра «Догонялки»

Лесовик бегает 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, раздаёт 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.