

Тема физкультурного досуга: «В лес осенний мы пойдем, к зверюшкам в гости попадем». Форма проведения: Фронтальная.	
Цель физкультурного досуга: Применение на физкультурном досуге современных здоровьесберегающих и игровой технологии, как средство укрепления здоровья детей и повышения уровня двигательной активности.	Задачи физкультурного досуга: Образовательные: 1. Закрепить представления детей о времени года-осени, и ее характерных признаках. 2. Формировать навыки здорового образа жизни в процессе игровой, двигательной деятельности. Развивающие: 1. Развить умение ориентироваться на уличной местности и переходить от выполнения одного задания к другому. 2. Развить интерес к самостоятельному решению во время игры и эстафет. 3. Развить физические качества (быстроту, ловкость, выносливость). Воспитательные: 1. Повысить потребность в ежедневных физических упражнениях. 2. Воспитать уважительное, бережное отношение к природе, окружающему миру. 3. Воспитать организованность в игре и умение дружить.
Предварительная работа: 1. Наблюдения в природе: - чтение стихотворений об осени; - рассматривание картин и иллюстраций об осени; - отгадывание загадок. 2. Проводила игры и эстафеты на умение ориентироваться на уличной местности и переходить от выполнения одного задания к другому;	Задачи по физическому развитию с детьми младшего дошкольного возраста: 1. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, 2. Учить метать мешочки в цель. 3. Учить бегать детей врассыпную без столкновений.
Современные образовательные технологии: в соответствии ФГОС ДО: 1. Здоровьесберегающие технологии - дыхательная гимнастика, массаж для рук; 2. Личностно-ориентированные технологии - работа детей в команде, сотрудничество педагога и детей; 3. Игровая технология - игровая образовательная ситуация, использование специальных игровых заданий: основные движения, подвижная и малоподвижная игра.	
Интегрируемые области, методы обучения и принципы обучения:	Материалы и оборудование:
Интеграции образовательных областей: <u>Познавательное развитие:</u> - Развитие в эстафетах и игре воображения и	1. Ветки-палочки (4 шт.); 2. Игрушки: «Лиса», «Заяц», «Медведь», «Еж»; 3. Костюм Осени (1шт.);

познавательной активности; - Ориентировка в пространстве. <u>Социально - коммуникативное развитие:</u> - Развитие свободного общения и взаимодействия ребёнка с взрослыми и сверстниками во время игры; - Оказание поддержки и помощи друг другу во время эстафет и выполнения заданий. <u>Речевое развитие:</u> - Связная речь (формировать умение вести диалог между инструктором и детьми); - Формирование словаря (работа по обогащению природоведческого словаря детей, представления детей о деревьях, замечать приметы осени). <u>Физическое развитие:</u> - Обеспечить максимальную двигательную активность в процессе образовательной деятельности; - Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Методы обучения: Игровой, метод строго регламентированного упражнения, наглядный, словесный. Принципы обучения: Принцип осознанности, активности, систематичности и последовательности, наглядности, доступности, непрерывности, системного чередования отдыха и нагрузок, всестороннего и гармоничного развития.	4. Корзина с фруктами в качестве угощения детям; 5. Листья с земли (20 шт. по одному листочку в правую и левую руку); 6. Массажные шишки (10 шт.); 7. Мешочки для метания (10 шт.); 8. Обруч (1 шт.).
--	---

Этапы деятельности	Деятельность педагога	Осуществляемые действия детей
I Этап Мотивационный <i>Вводная часть</i>	<u>Воспитатель выводит детей на уличную площадку.</u> <u>На площадке детей встречает инструктор по физической культуре.</u> Инструктор по физической культуре: Здравствуйте, дорогие ребята! Очень приятно видеть всех Вас! Сегодня у нас физкультурный досуг. Инструктор по физической культуре: Дети вы любите путешествовать? А для того чтобы узнать куда мы отправимся путешествовать. Я загадаю вам загадку. А вы ее отгадаете. Белки в нём живут и волки, В нём растут дубы и ёлки Высоченны – до небес! Называют его... Молодцы ребятки отгадали загадку. Инструктор по физической культуре: Время года у нас Осень, без нее мы в лес не поедим, мы ее с собой возьмем и с ней в лес попадем! А поедим сегодня на прогулку в осенний лес. Знаете, на чем? Инструктор по физической культуре: Правильно ребята, на паровозике.	<u>Дети выходят из группы под музыкальное сопровождение «Топотушки», муз. М. Раухвергера, и строятся в одну шеренгу на уличной площадке.</u> Дети: Здравствуйте. Дети внимательно слушают. Дети отвечают: Да. Предположительный ответ детей: Лес. <i>Дети внимательно слушают.</i> Предположительные ответы детей: на машине, паровозике.

	<u>Появляется «Осень».</u> Осень: Здравствуйте ребяташки, девчонки и мальчишки! Ребятки, а вы знаете, кто я? Осень: Молодцы! Какие вы догадливые! Пришла я к вам на праздник, чтобы отправиться вместе с вами в осенний лес и рассказать много интересного что может происходить в осеннем лесу и какие Дары приносит осень. А помогут мне лесные звери, которые встретятся нам в лесу. <u>Осень отправляется путешествовать в лес и выполнять все задания с лесными зверями и детьми.</u>	<u>Под музыкальное сопровождение</u> Мелодию и слова песни «Ах, какая осень» написала музыкальный руководитель и воспитатель детского садика Зинаида Яковлевна Роот <u>Появляется «Осень».</u> Дети: Здравствуйте. Дети отвечают: Да. Дети строятся в одну колонну за Осенью и едут на паровозике по кругу в осенний лес.
II Этап Организационно-поисковый	Инструктор по физической культуре: Мы с вами отправляемся в осенний лес, где будем выполнять разные задания, которые помогут нам стать сильными, стойкими. Повернемся направо и отправимся путешествовать. После прогулки по осеннему лесу вас ждет сюрприз.	<u>Под музыкальное сопровождение</u> <u>«Лесной марш», муз. Ю. Чичкова,</u> <u>отправляются в осенний лес.</u>

III Этап Основной <i>Основная часть</i>	Инструктор по физической культуре: Наш веселый паровоз Ребятишек в лес привез. На полянках и в лесочке, Разные лежат листочки. Около листочков наших, В кустиках сидит лисичка. Лисичка выбегай на зарядку не опоздай. <i>Инструктор берет игрушку «лису», которая сидит в кустиках для выполнения с детьми зарядки.</i> <u>Проигрыш</u> «пружинка» <u>I куплет</u> Зайцы встали по-порядку, упражнения для шейного отдела (повороты и наклоны головы) Зайцы делают зарядку, Саша тоже не ленись- На зарядку становись. <u>Припев:</u> Прыг-скок, руки вверх 2 прыжка на месте, 2 хлопка в ладоши над головой	<u>Дети внимательно слушают.</u> <u>Под музыкальное сопровождение</u> Песенка-зарядка слова М.Гауэр, муз. В. Богатырева исполняет Алина Кукушкина. Рядом ежик травку топчет, заниматься с нами хочет. Будем с ежиком шагать, марш на месте с высоко поднятыми коленями. Выше ноги поднимать. <u>Дети выполняют с инструктором, осенью и лисой зарядку.</u> <u>Проигрыш</u> «пружинка» <u>I куплет</u> Зайцы встали по-порядку, упражнения для шейного отдела (повороты и наклоны головы) Зайцы делают зарядку, Саша тоже не ленись- На зарядку становись. <u>Припев:</u> Прыг-скок, руки вверх 2 прыжка на месте, 2 хлопка в ладоши над головой Прыг-скок, руки вниз
---	--	--

	Прыг-скок, руки вниз 2 прыжка на месте, 2 хлопка в ладоши внизу А теперь давай, дружок, подтянись. поднять руки вверх и встать на носочки (повторить 2 раза) <u>2 куплет</u> Рядом ежик травку топчет, подъемы на полупальцы. Заниматься с нами хочет. Будем с ежиком шагать, марш на месте с высоко поднятыми коленями. Выше ноги поднимать. <u>Припев:</u> Топ-топ, шаг вперед, 2 притопа, шаг вперед Топ-топ, шаг назад. 2 притопа, шаг назад А теперь в ладошки хлопнуть Встали и стоять. (повторить 2 раза) <u>Проигрыш:</u>	2 прыжка на месте, 2 хлопка в ладоши внизу А теперь давай, дружок, подтянись. поднять руки вверх и встать на носочки (повторить 2 раза) <u>2 куплет</u> Рядом ежик травку топчет, подъемы на полупальцы. Заниматься с нами хочет. Будем с ежиком шагать, марш на месте с высоко поднятыми коленями. Выше ноги поднимать. <u>Припев:</u> Топ-топ, шаг вперед, 2 притопа, шаг вперед Топ-топ, шаг назад. 2 притопа, шаг назад А теперь в ладошки хлопнуть Встали и стоять. (повторить 2 раза) <u>Проигрыш:</u> <u>3 куплет</u> А лягушки на кувшинке «мячик» на месте, руки как у лягушек Дружно выпрямили спинки,
--	---	---

	<u>3 куплет</u> А лягушки на кувшинке «мячик» на месте, руки как у лягушек Дружно выпрямили спинки, Ставят лапки на бока руки поставить на пояс. И качаются слегка. наклоны в стороны <u>Припев:</u> Кач-кач, вправо, влево, наклоны корпуса в стороны Кач-кач, влево, вправо. Вот такая лягушачья повороты корпусом в стороны И зарядка, и забава. <i>Проигрыш:</i> прыжки на месте. Восстановление дыхания после выполненной зарядки. <i>После зарядки инструктор убирает</i> <i>игрушку-лису под дерево.</i> Инструктор по физической культуре: Дыхательная гимнастика «Листопад» Цель: развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.	Ставят лапки на бока руки поставить на пояс. И качаются слегка. наклоны в стороны <u>Припев:</u> Кач-кач, вправо, влево, наклоны корпуса в стороны Кач-кач, влево, вправо. Вот такая лягушачья повороты корпусом в стороны И зарядка, и забава. <i>Проигрыш:</i> прыжки на месте. Восстановление дыхания после выполненной зарядки. Дети выполняют: Дыхательную гимнастику «Листопад». Описание: Дети поднимают с земли по два листочка и кладут листочки на открытую ладонь, по команде инструктора дети дуют на листья. (Выполнить 2 раза).
--	---	---

	Взять листочки с земли. И объяснить детям, что такое листопад. Предложить детям подуть на листья, так, чтобы они полетели. <i>Попутно можно рассказать, какие листочки, с какого дерева упали.</i> Инструктор по физической культуре: Ребятки продолжаем наше путешествие. Смотрите, заяц сидит возле упавших с деревьев веток, будем через веточки перепрыгивать. <i>Инструктор берет игрушку «зайца», которая сидит возле веточек для выполнения с детьми задания.</i> Инструктор по физической культуре: Зайчик научил Вас детки прыгать. <i>После прыжков инструктор убирает игрушку-зайца под дерево.</i> Инструктор по физической культуре: Вы ребята посмотрите, мишка возле дерева сидит. Поскорее мы пойдем и с мишкой задание начнем. <i>Инструктор берет игрушку «медведя», который сидит возле дерева для</i>	<i>Дети отправляются путешествовать по лесу и вдруг зайца встретили</i> <u>Основные виды движений:</u> Выполнение прыжка в длину с места с продвижением вперед. Дети строятся в одну колонну. По команде инструктора каждый ребенок по очереди отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, прыгает вперед. <i>После выполненного задания отправляются путешествовать дальше.</i> <i>Дети отправляются путешествовать по лесу и вдруг медведя встретили.</i> Метание мешочков в цель. Дети строятся в одну колонну. По команде инструктора каждый ребенок по очереди выполняет метание мешочка в обруч.
--	--	---

	выполнения с детьми задания. Инструктор по физической культуре: Отлично справились с заданием. Медведь научил Вас ребята метать мешочки в обруч. <i>После прыжков инструктор убирает игрушку-медведя под дерево.</i> Инструктор по физической культуре: Наше путешествие продолжается. В лесу нужно быть очень внимательным, чтобы не потеряться. А если и потеряешься нужно обязательно звать на помощь. А как зовут на помощь, кто из вас знает? Инструктор по физической культуре: Правильно так зовут на помощь «Ау». Дети смотрите ежик. <i>Инструктор берет игрушку «еж», который сидит возле дерева для выполнения с детьми задания.</i> Предлагаю вам поиграть с ёжиком. Инструктор по физической культуре: <i>Говорит, за ежа.</i> Кто же, кто в лесу кричал, Меня, Ежика, напугал. Инструктор по физической культуре: Объясняет правила игры.	<i>После выполненного задания отправляются путешествовать дальше.</i> <u>Дети показывают движение - издавая звуки.</u> «Ау!» делая вид, что заблудились в лесу. Вдруг увидели ежика. <i>Дети внимательно смотрят на ежика.</i> Дети играют в подвижную игру. Подвижная игра «Еж и мыши» Описание игры: Все дети мышки становятся в круг.
--	---	--

	Цель: Развитие навыков общения, снятие эмоционального напряжения. Умение бегать врассыпную. Правила игры: Бегать врассыпную не сталкиваться друг с другом. Ежик, Ежик, не пугайся! С нами лучше оставайся. Очень просят малыши: Поиграем, догони. Ежик - в центре круга. Еж имитирует движения: Осторожно ходит, прислушивается Инструктор по физической культуре: Беги, беги, ежик, Не жалея ты ножек, Ты лови себе мышей, Не лови наших детей! Еж пятнает мышей, слегка коснувшись их рукой. Инструктор по физической культуре: Ежик, ты догонял так ловко. Как я рад был догонять ребят.	По сигналу все мышки идут по кругу и говорят все слова с инструктором по физической культуре: Ежик ножками туп-туп! Ежик глазками луп-луп! Слышит ежик – всюду тишь, Чу!.. Скребется в листьях мышь! Мыши в это время ходят по кругу. Мышки выбегают из круга и разбегаются по всему залу. Запятнанная мышка сразу выходит из игры. <i>Дети внимательно смотрят на ежа.</i>
--	--	--

	У меня для Вас ребята есть еще одна игра. Посмотрите, пожалуйста, сколько шишек упало с дерева. Предлагаю каждому взять по одной шишки для нашей игры.	
IV этап Заключительный <i>Заключительная часть</i>	Инструктор по физической культуре: Объясняет правила игры и пользу от нее. Малоподвижная игра: «Маленький ежик». Цель игры - развитие мелкой моторики, общей координации и пластичности движений. Задачи: 1. Воздействовать на биологически активные точки, находящиеся на поверхности ладоней. 2. Способствовать развитию мелкой моторики рук. 3. Хорошая гимнастика для пальчиков, улучшает кровообращение, тонизирует мелкие мышцы на руках. Правила: Выполнять в медленном темпе. Инструктор по физической культуре: Какая, полезная для здоровья у нас была игра.	Дети строятся в круг. В руках у каждого ребенка по одной собранной лесной шишке. Малоподвижная игра: «Маленький ежик». Дети совместно с инструктором произносят слова. Описание игры: Ёжик выбился из сил- Яблоки, грибы носил. Мы потрем ему бока, Надо их размять слегка. А потом погладим ножки, Чтобы отдохнул немножко. А потом почешем брюшко, Пощекочем возле ушка. Ёж по тропке убежал, Нам «Спасибо!» пропищал. Ребенок жалеет ежика, гладит, чешет, щекочет. На слова «по тропке убежал» шишку можно катать поруче другого ребенка.

	<u>Сюрпризный момент</u> Инструктор по физической культуре: Молодцы ребята сегодня отлично справились со всеми заданиями. За ваши старания Звери и Осень наградят вас вкусными и полезными подарками дарами Осени (фрукты). <u>Раздается сигнал паровозика.</u> Инструктор по физической культуре: (имитирует это звук). Инструктор по физической культуре: Ребята нам пора из леса возвращаться в детский сад. Спасибо вам зверюшки, что предложили деткам ваши интересные задания. Инструктор по физической культуре: Вот мы и приехали в детский сад. Дети отличное у нас сегодня получилось осеннее путешествие в лес. На этом наш физкультурный досуг закончен. До свидания, ребята!	Дети очень внимательно смотрят и слушают Дети: благодарят зверей за интересное путешествие и осень за ее щедрые подарки. Дети строятся в одну колонну за Осенью и уезжают на паровозике по кругу из осеннего леса. <u>Под музыкальное сопровождение «Лесной марш», муз. Ю. Чичкова, покидают осенний лес.</u> Дети говорят: До свидания! <u>Дети отправляются в группу под музыкальное сопровождение «Топотушки», муз. М. Раухвергера, и строятся в одну шеренгу на уличной площадке.</u>
--	--	---