

## Спортивно экологический досуг

### «Поход в тайгу»

**Инструктор:** Ребята, сегодня мы с вами пойдем в поход, в сибирскую тайгу. Вы одели спортивную форму, а еще нам необходимо взять с собой хорошее настроение и как следует размяться перед дорогой.

Ходьба с высоким подниманием коленей – руки вверх, ладони внутрь.

Дружно мы в поход шагаем.

Ноги выше поднимаем.

Руки тоже вверх тяни,

Да смотри не упади.

Ходьба на внешней стороне стопы.

В тайгу мы зашагали

И медведя повстречали.

Все как мишки мы пойдем

И тихонько поревем.

Прыжки на двух ногах.

Вдруг болото впереди.

Постараемся пройти.

Прыгать надо всем по кочкам

Да быстрее, без проволочки.

Ходьба с наклонами (собирая ягоды)

На полянку мы пришли много ягоды нашли.

И черника, и брусника!

Соберем мы все в лукошко.

Бег змейкой по залу.

В тайге бегают хитрец,  
А зовется он песец.  
Сам он небольшого роста.  
но догнать его непросто.

Ходьба с поворотом с головы влево – вдох, вправо – выдох.

Крутит головой сова,  
Ищет мышь она.  
Прокричит из темноты –  
Берегитесь, грызуны.

На пеньке сидит Лесовичок.

**Инструктор:** Ой, кто это?

**Лесовичок:** Не узнали что ль меня?

Это я – Лесовичок.  
Тайгу я сторожу,  
За порядком слежу.

**Инструктор и дети:** Здравствуй, Лесовичок!

**Лесовичок:** Здравствуйте, зачем пожаловали?

**Инструктор и дети:** Мы отправились в поход в тайгу. Хотим здесь погулять, поиграть, полюбоваться природой, узнать о растениях, животных, обитающих в тайге.

**Лесовичок:** Вот ходят тут всякие туристы по тайге, мусорят, костры жгут да не тушат, цветы рвут, шумят. Не пуцу вас!

**Инструктор:** Нет, Лесовичок, наши ребята не такие. Они любят природу. Об этом они прочитают тебе стихи.

1. В тайгу мы пришли гулять,  
Свежим воздухом дышать,  
Бегать, прыгать и играть,  
Но не будем забывать.....

2. В тайге нельзя шуметь,  
Веселиться, громко петь.  
Напугаем всех зверей,  
Убегут от нас скорей.
3. Ветки зря мы не ломаем  
И друзьям напоминаем:  
Мусор убирай,  
Зря цветы не вырывай.
4. В лесу мы все в гостях.  
И зверям не нужен страх.  
Ты покой их береги,  
Ведь они нам не враги!

**Лесовичок:** Молодцы! Ну что же, проходите в мой лес!

А сейчас я проверю вас, как вы деревья знаете. От каких деревьев эти листочки.

Игра «Угадай, с какого дерева листок упал»

**Лесовичок:** А сноровку свою да ловкость сможете проявить?

Эстафета «Собери осенние листья»

Эстафета «Перейди болото»

Эстафета «Рыбалка»

**Лесовичок:** А теперь отгадайте мои загадки.

1. Есть у родственницы елки  
Неколючие иголки,  
Но, в отличие от елки,  
Опадают те иголки. (лиственница)
2. Стоит Антошка на одной ножке,  
Сам маленький, а шляпа большая. (гриб)
3. Была зеленой маленькой,  
Потом я стала аленькой,  
На солнце почернела я,  
И вот теперь я спелая. (черника)
4. Днем спит, ночью летает  
И зверьков в тундре пугает.(сова)

**Лесовичок:** А сейчас мы поиграем в игру

Подвижная игра «Оленята и волк»

**Инструктор:** Нам было с тобой интересно и весело, но наш поход закончился.

**Лесовичок:** И мне пора возвращаться к себе в тайгу. Оберегать покой зверей. До свидания, ребята.

**Инструктор:** Наш поход подошел к концу. Перед тем как уйти, нужно проверить, убрали ли мы за собой мусор. Кому было интересно в походе, похлопайте в ладоши!