

Физкультурный досуг

«Осень на опушке краски разводила»

Цель: повышение интереса к занятиям физической культуры и здоровому образу жизни.

Инструктор: Несу я урожаи,
Поля вновь засеваю,
Птиц к югу отправляю,
Деревья раздеваю,
Но не касаюсь сосен и елочек.
Я — ...(осень)

Ребята, волшебница Осень пригласила нас в гости. Дорога будет трудной, но интересной.

Разминка: ходьба в колонне обычная, на носках, с высоким подниманием коленей, бег обычный, на носках, змейкой, упражнение на дыхание.

Полоса препятствий: ползание по гимнастической скамейке на животе, ходьба змейкой между кочками, прыжки из обруча в обруч.

Осень: Я осень золотая, давно уж тут как тут.
Волшебной, золотистой, всегда меня зовут.
Не виделись мы целый год,
За летом снова мой черёд.
Здравствуйте, ребята! Я рада, что вы пришли ко мне в гости.

ОРУ с листьями

Осень: Вы, ребята, молодцы! Угадайте, кому нужна ваша помощь?

Кто с высоких темных сосен
В ребятешек шишку бросил?
И в кусты через пенек
Промелькнул, как огонек?
(Белка)

Белка просила собрать грибы и шишки.

Игра «Собери белочке подарок»

Осень: Чтобы не болеть, надо круглый год есть овощи и фрукты. Варим, варим мы компот угостим честной народ.

Эстафета «Чья команда быстрее сварит компот»

Осень: Я ягода большая,

В конце лета спелая.

И на бахче росла я,

А в августе созрела я.

Снаружи я зеленая,

Внутри, конечно, красная,

И вовсе не солёная,

А очень-очень сладкая! (Арбуз)

Эстафета «Передай арбуз»

Осень: Птицы на юг улетают,

Гуси, грачи, журавли.

Вот уж последняя стая

Крыльями машет вдали.

Ребята, а как называют этих птиц?

Подвижная игра «Перелетные птицы»

Осень: Мне пора уходить. Ведь у меня впереди еще много дел, интересной работы, осенней заботы.

Дети: Спасибо и до свидания!