

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение-
детский сад №41**

Спортивно - оздоровительное мероприятие развивающего вида
«В гости Осень к нам пришла»

Составил и провел:

Воспитатель Тархова Елена Николаевна

Инструктор по физической культуре

Кирпищикова Марина Сергеевна

Екатеринбург 2023

Цель: Создать условие для интеграции различных компенсаторных (резервных) возможностей, раскрытие индивидуальных компетенций каждого ребенка в процессе физкультурного развлечения, с удержанием эмоционально - положительного настроения.

Задачи:

- Развивать и совершенствовать мелкую моторику пальцев рук;
- Развивать творческие способности;
- Формировать умение и навыки правильного выполнения движений в различных формах организаций двигательной деятельности детей;
- Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений;
- Прививать интерес и любовь к физической культуре и спорту, стимулировать активность по средствам здоровьесберегающих, инновационных технологий (кинезиологии).

Оборудование:

Кочки - 8шт, бусы – (2 шнурка, 20 деревянных фруктов), обручи - 8 шт., стулья - 4шт, фломастеры - 12 шт., карандаши - 12 шт., ориентеры - 10 шт., скакалка с воротцами - 3шт, трафарет овощей и фруктов - 4 шт., листы бумаги -10 шт., подготовленные заранее фрукты яблоки -10шт и груши -10 шт., (карточки ламинир.), ведерко -2 шт., орехи -1кг, цветной мел-1упаковка, карточки со словами -10 шт. (буквы к данным карточкам). Музыкальный центр, диски с музыкой.

Ход мероприятия:

Построение в шеренгу буквой «П» по ориентирам на спортивной площадке (под музыку « Что нам Осень принесет»).

Физ. инструктор: Здравствуйте ребята! Ребята сегодня у нас с Вами не простая встреча, сегодня будем помогать нашему общему другу « Незнайке», получила Я от него письмо, в котором Незнайка, очень просит Вас о ПОМОЩИ, в разгадывании загадки (про осень).

Для начала Вас ребятки приглашаю на физ. разминку.

Проведение разминки методом флеш-моб с элементами кинезиологии. (3мин)

Музыка «Горошинки цветные» Упражнение направлено на развитие подвижности различных суставов. Характер упражнения танцевальный, ритмичный.

Вступление:

И.П.— основная стойка

I—II части: 1—16 — шестнадцать шагов на месте с хорошей отмашкой рук

III 1 — полу присед, носки врозь, руки согнуть вперед, предплечья в стороны

2 — встать, носки вместе, предплечья вперед

3—4 — повторить движения счета 1—2.

5—8 — повторить движения счета 1—4.

IV 1 — полу присед, пятки врозь, руки согнуты вперед, локти в стороны

2 — встать пятки вместе, локти вниз.

3—4 — повторить движения счета 1—2.

5—8 — повторить движения счета 1—4, вставая.

V 1—4 — присесть, колени на каждый счет вправо, влево, вправо, влево, руки работают как при ходьбе.

5—8 — повторить движения счета 1—4, вставая.

VI—4 — в стойке на прямых ногах, поворот туловища на каждый счет вправо, влево, вправо, влево, руки в стороны, кисти кверху.

5—8 — повторить движения счета 1—4.

VII 1— полу присед, руки на бедра, пальцы вперед, локти резко назад, прогнуться

2— согнуться в полу приседе, локти резко вперед

3—4 — повторить движения счета 1—2.

5—8 — повторить движения счета 1—4.

VIII часть: 1 — встать, правое плечо вверх, левое плечо вниз, руки вниз, кисти вниз.

2 — левое плечо вверх, правое плечо вниз.

3 — правое плечо вверх, левое плечо вниз.

4 — левое плечо вверх, правое плечо вниз — «коромысло»

5 — 8 — повторить движения счета 1-4, принять О.С.

Первый куплет:

I 1 — 2— в полу приседе колени вправо, два потряхивания кистями у левого бедра, руки полусогнуты.

3—4 — колени влево, два потряхивания кистями у правого бедра.

5—6 — колени вправо, два потряхивания кистями у левого плеча.

7—8 — колени влево, два потряхивания кистями у правого плеча.

II 1 — полу присед на левой, правую ногу, согнутую махом вперед- влево, отвести до касания локтя левой согнутой руки.

2 — правую ногу разогнуть в сторону на носок

3—4 — повторить движения счета 1—2.

5—8 — повторить движения счета 1—4.

III Повторить движения части II с другой ноги и руки, затем встать в основную стойку.

Припев:

I часть: 1 — левую руку согнуть вперед, кисть вниз.

2 — правую руку согнуть вперед, кисть вниз

3 — левую руку разогнуть вниз, кисть вверх.

4 — правую руку разогнуть вниз, кисть вверх

5 — левую руку согнуть в сторону, кисть вниз.

6 — правую руку согнуть в сторону, кисть вниз.

- 7— левую руку разогнуть вниз, кисть вверх.
8— правую руку разогнуть вниз, кисть вверх
- II 1—2 — два пружинистых сгибания левого колена с двумя касаниями кистями левого плеча, ладони вместе («лодочкой»).
- 3—4 — повторить движения 1—2, сгибая правым коленом, и касаясь кистями правого плеча.
- 5—6 — два пружинистых сгибания левой ноги с небольшим наклоном вперед и двумя касаниями кистями левого колена, ладони вместе.
- 7—8 — повторить движения 5—6, сгибая правую ногу и касаясь кистями правого колена.
- III—IV части: Повторить движения части 1—II.
- Проигрыш. Повторить упражнения вступления, VII и VIII части.
- Второй куплет. Повторить упражнения первого куплета.
- Припев. Повторить упражнения припева.
- Проигрыш. Повторить упражнения вступления, VII и VIII части.
- Третий куплет. Повторить упражнения первого куплета.
- Припев. Повторить упражнения припева и еще раз II часть.
- Проигрыш. Повторить упражнения вступления VII и VIII частей два раза. В конце упражнения принять полу присед, полусогнутые руки в стороны, кисти кверху.
- Молодцы Ребята!!!

Физ. инструктор: В письме была указана просьба, помочь разгадать загадку, в нем указал только одну фразу, что «это овощ».

Ребята сразу же начали предлагать варианты ответов.

Но не стоит торопиться! За каждое правильное выполнение заданий Вам будет дана подсказка, но ее необходимо найти самостоятельно (на дереве, на траве, на заборе).

Физ. инструктор: Вы готовы ребята помочь Незнайке???

Ребята ДА, да, да!!!

Физ. инструктор: Тогда начинаем, но для начала давайте с Вами изобразим на асфальте свое настроение в виде смайликов!

Веселое - хорошее, грустное - плохое.

Ребята рисуют цветными мелками смайлики на асфальте.

Физ. инструктор: Замечательно у всех отличное настроение.

Физ. инструктор: Перед нами ряд дистанций с заданиями необходимо их правильно выполнять и не забывать искать подсказки на загадку для Незнайки.

Ребята делятся на две команды. Первая – «Ежики», вторая – «Белки».

1)Задание «Болото» (на развитие координации), 5мин. **Описание:** на дистанции расположены кочки, по которым необходимо перейти на другую сторону, где стоит стул с заданием для мелкой моторики пальцев рук (сделать бусы из деревянных фруктов и овощей) вернуться к своей колонне и передать эстафету. Побеждает та команда, которая правильно выполнит задание.

Физ. инструктор: Не забываем искать подсказки!!! Нашли подсказку самые внимательные. **Подсказка - « Растет в земле?»** Ребята сразу же начали предлагать варианты ответов, но, не верно!

Физ. инструктор: Передвигаемся дальше.

2) Задание «Клумба» (на координацию движений, развитие воображения), 5 мин. **Описание:** на дистанции расположены ориентиры необходимо пробежать змейкой на другую сторону, где стоит стул с заданием (лист бумаги, цветные карандаши и фломастеры) и нарисовать клумбу с цветами (один цветок), вернуться обратно, передать эстафету. Выигрывает та колонна, у которой самая красивая клумба.

Ура, ура найдена подсказка на дереве!!!

Подсказка « желтая, а не масло»

3) Задание « Загадки» (на развитие логического мышления), 5мин.

Описание: Ребята должны перебраться на другую сторону дорожки прыжками на двух ногах, прыгая из обруча в обруч. Каждая команда, методом считалочки выбирает себе конверт, в котором находятся загадки. Каждой команде по две загадки.

1. Листья летают и
Дождь поливает,
Когда это дети
Такое бывает (Осенью)

2. Листья в воздухе кружатся,
Тихо на траву ложатся,
Сбрасывает листья сад,
Это просто.....(листопад)

3. Стало хмуро за окном
Дождик просится к нам в дом
В доме сухо, а снаружи
появились всюду(Лужи).

4. Сочен он, продолговат,
с хвостиком зеленым
Похрустеть им каждый рад,
Свежим и сольным!!

Физ. инструктор: Верно, все ребята молодцы!

4) Задание « Собери слово» (предупреждение плоскостопия, развитие мышления, внимания), 5 мин.

Описание: Необходимо преодолеть расстояние 5м. по гимнастическим палкам «елочкой», перейти на противоположную сторону и собрать слово по образцу

с помощью карточек и букв), где указаны какая буква и каким цветом должна быть.

Физ. инструктор: Молодцы ребята!!!

Нашли Подсказку, на заборе.

«Круглая, а не луна?»

Правильно РЕПА.

Физ. инструктор: Ответ на загадку для Незнайки мы отгадали.

Физ. инструктор: Ребята скажите? Это овощ или фрукт? Правильно овощ! Шагаем дальше.

5) Задание «Овощи» (удержание сосредоточенности, развитие координации) 5 мин.

Описание: преодоление дистанции перешагиванием через препятствие (скакалка натянута между воротцами), задевать нельзя, пройти добежать до стула (на стуле находится лист бумаги, цветные карандаши, фломастеры, трафарет овощей и фруктов) обрисовать по трафарету овощи и фрукты и их разукрасить.

Побеждает та команда, которая красивее изобразили овощи и фрукты.

Победителя выбирают сами дети, по (крику, писку голоса)

Физ. инструктор: Молодцы!!!!

6) Задание «Орехи» (развитие мелкой моторики) 5 мин.

Описание: на расстоянии 1,5*1,5м рассыпаны орехи (фундук),

Обоим командам даны ведерко, по свистку необходимо собрать орехи, кто больше соберет, та и выигрывает команда.

7) «Смайлики» (Эмоциональное состояние) 5 мин.

Физ. инструктор: Ребята нарисуйте теперь ваше настроение, цветными мелками на асфальте.

Физ. инструктор: Замечательно, настроение стало еще лучше!

Построение в одну шеренгу.

Физ. инструктор: Спасибо за участие в мероприятии, все были ловкими, смелыми, умелыми.

Незнайка Вас благодарит, и велел Вас всех наградить наклейками, и сладкими призами.

Физ. инструктор: Вам понравилось занятие???? Ребята ДА, да!!!

До свидание ребята.

