«ПО ГРИБОЧКИ В ЛЕС ПОЙДЁМ»

Задачи. Формировать правильную осанку при ходьбе на носках и пятках; укреплять мелкие мышцы рук и мышцы, участвующие в формировании свода стопы; учить сохранять равновесие; совершенствовать двигательные навыки, ловкость; закреплять основные виды движений в процессе чередования подвижных и малоподвижных игр; прививать любовь к физкультуре.

Материал: Массажные коврики, маска ёжика, резиновый мяч.

Ход досуга:

Детей встречает Мухомор (и.ф. в костюме)

М: - Под сосною у дорожки

Что стоит среди травы?

Ножка есть, но нет сапожка,

Шляпка есть – нет головы.

Д: Гриб.

М: - В лес осенний на прогулку

Приглашаю вас пойти.

Интересней приключенья

Нам, ребята, не найти.

Друг за другом становитесь,

Крепко за руки беритесь!

По дорожкам, по тропинкам,

По лесу гулять пойдем.

Может, мы в лесу осеннем

Грибов корзинку соберём?

- Ходьба на носках змейкой между конусами. Ходьба на пятках по прямой. Прыжки из обруча в обруч с продвижением вперёд.

М: - Что необходимо грибам, чтобы быстро вырасти?

Д: - Солнце и дождик.

Массаж спины «Дождик, дождик, бам-бам-бам»

Встать друг за другом паровозиком и похлопывать ладошками друг друга по спине.

- Туча плачет: Кап-кап-кап! Ой, намочит, Кап-кап-кап! (постукивать пальчиками по спине).

Эй, не бойся, Кап-кап-кап! Кап-кап-кап! Кап-кап-кап!

Лейся, лейся, Кап-кап-кап! Кап- кап- кап! (поколачивание кулачками по спине).

Сад до ниточки промок, Огороду дождь помог, Кто захочет, Буль-буль-буль!

Всех намочит, Буль-буль-буль! (вертикальные движения ребром ладошки).

Дождь по крышам, По столбам, Только слышим: Бам-бам-бам! (поглаживание ладошками по спине.)

Дождик, дождик, Бам-бам-бам! Помоги расти грибам!

Затем дети поворачиваются и повторяют массаж.

Малоподвижная игра «Дождь, грибы и грибники»

Дети - «грибы» присаживаются на корточки. Звучит тихо бубен («идет дождь»), грибы медленно растут – дети поднимаются. Бубен звучит громко – грибы веселятся, танцуют.

Малоподвижная игра «Вырос гриб»

- Дети строятся в круг, выполняют упражнения под речевое сопровождение; ходьба по кругу.

Меж еловых мягких лап

Дождик кап, кап, кап! (щелкают пальцами обеих рук.)

Где сучок давно засох, Серый мох, мох, мох! (трут ладошки друг о друга.)

Где листок к листку прилип (приседают на корточки, медленно поднимаются),

Вырос гриб, гриб, гриб! (встают на носки, руки вверх.)

Кто нашел его, друзья?

Дети: Это я! я! я! (прыжки с продвижением вперёд по кругу.)

М: Дети, а вы знаете названия грибов?

Малоподвижная игра «Назови гриб!»

Дети образуют круг. В центре Мухомор с мячом.

М: - Ну-ка, (имя),не зевай! Гриб скорее называй!

Мухомор кидает мяч любому ребенку, он его ловит, возвращает Мухомору, называя гриб.

Подвижная игра «Ёжик в лесу»

- По считалке выбирается «ежик» (ребёнок в маске ежика), встает на середину зала. Остальные дети – «грибы», они образуют круг вокруг ёжика.

Мухомор:

Грибничок колючий

Идет в лесу дремучем.

Раз грибок, два грибок.

Вот и целый кузовок!

Игроки начинают двигаться по кругу в правую сторону, а ёжик движется внутри круга навстречу игрокам (противоходом). По окончании четверостишия дети поворачиваются кругом, идут в противоположном направлении. При этом ёжик говорит:

А я по лесу иду,

В кузовок грибы беру.

Раз, два, не зевайте!

От меня вы убегайте!

После слов ёжика грибы разбегаются, ёжик старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные игроки отходят в сторону.

Гимнастика для стоп «Мы корзиночку возьмём»

- Выполнение упражнений под речевое сопровождение на массажных ковриках.

Мы корзиночку возьмем (ходьба на месте),

В лес мы по грибы пойдем.

Топ, топ, топ,

В лес мы по грибы пойдем.

Раз, два, три, четыре, пять! («пружинка»).

Будем мы грибы искать! («пружинка»).

Пробежимся по дорожке (бег на месте)

И попрыгаем немножко (прыжки на носках).

Под листочки заглянем (приседания)

И грибов мы соберем (наклоны).

И лисичек, и опят,

Боровиков, маслят.

Грибов мы набрали,

От радости заплясали (попеременно пятка – носок).