Сценарий « В гостях у Ежика»

Цель: Повысить интерес к физической культуре.

В игровой форме развивать основные качества – силу, ловкость, быстроту, координацию движений.

Формировать мышечно – двигательные навыки, правильную осанку.

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге по узкой дорожке; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ребристой доске; упражнять в прыжках из обруча в обруч; воспитывать чувство коллективизма.

Оборудование: листочки, ребристая доска , дуги, массажный коврик, обручи, маска –ёжика, угощения для детей.

Ход досуга.

Ведущий: Ребята, нам ёжик Ерофей снова прислал письмо, прочитаю вам его.

Вот что пишет Ерофей: «Друзья, приходите ко мне поскорей! В осенний, сказочный лес, в нем много разных чудес!» Ребята, хотите отправиться в гости к ёжику? Друг за другом становитесь, Крепко за руки беритесь! (Дети встают друг за другом, берутся за руки, ведущий — впереди. Под музыку все двигаются по залу , выполняя движения).

Ведущий.

В лес осенний мы идем,

Листья падают дождем.     Ходьба обычная.

На носочки мы встаем,

До листочков достаем.      Ходьба на носках.

К Мишке в гости мы попали

и как Мишки зашагали,        (ходьба на наружных сводах стопы).

К зайке в гости мы попали

и как зайки поскакали          (прыжки на двух ногах из обруча в обруч ).

Лес дремучий, ниже ветки

Наклонились наши детки.      Ходьба в наклоне.

К лисе в гости приходили

и как лисонька ходили          (ползание на четвереньках, по кругу прогибая спину).

На носочки дети встали,

По дорожкам побежали.       Легкий бег.

Меж листочками шагаем

И на них не наступаем.         Ходьба «змейкой» вокруг разложенных по залу листочков.

Ведущий. Вот и лесная полянка. Становитесь в круг! (Дети становятся в круг).

Какой свежий воздух в лесу! Давайте подышим осенним воздухом: сделаем вдох носом и длинный выдох — ртом. (Подходят к домику, в котором живёт ёжик).

А вот и избушка, в которой живёт ёжик Ерофей. Давайте дружно его позовем: «Ежик Ерофей, выходи к нам, поскорей» (дети зовут ёжика).

Ёжик Ерофей: Здравствуйте, мои друзья, Очень рад вас видеть я! А я приглашаю вас на осеннюю зарядку.

Ветер с листьями играет, листья с веток обрывает.

Листья желтые летят прямо на руки ребят. Комплекс ОРУ с листочками.

1. И.п.: ноги слегка расставлены, листья внизу в руках. Поднять руки с листочками через стороны вверх.

2. И.п.: сидя, ноги на ширине плеч, руки с листочками на поясе. Наклониться вправо, влево, вернуться в и.п. (5раз).

3. И.п.: лежа на спине, руки с листочками вдоль туловища. Поднять правую (левую) ногу, руки поднять, пошуршать листочками ;опустить, вернуться в и.п. (5раз)

4. И.п.: ноги слегка расставлены, руки с листочками вверху. Выполнить 8 прыжков на месте на двух ногах, махая листочками вверху, непродолжительная ходьба на месте и снова повторить прыжки (2 раза).

Дыхательная гимнастика «Сдуй листочек»

А у кого листок не слетел с ладошки, давайте наберем воздух и еще раз сдуем листочки (вдох через нос, выдох-через рот «трубочкой» - 2-3раза)

Посмотрите, как в моем лесу красиво. Какое же замечательное, красивое время года - осень! Она радует нас своими красками, своим богатством. Какие в осеннем лесу богатства? (ответы детей). Грибы, ягоды, разноцветные листья. А хотите погулять по лесу? Мы пойдем по мостику через ручей (ходьба по ребристой доске).

Ребята, посмотрите как весело прыгают белочки с ветки на ветку (прыжки из обруча в обруч);

Ветер был такой сильный , что повалял деревья, давайте аккуратно подлезем под них ( подлезание под дугу ).

Ведущий.

Осень — чудная пора,

Любит осень детвора!

В лес с корзинкой мы пойдем,

Много там грибов найдем!

Игра «Грибник и грибы».

Я — грибник, а вы — грибы.

Ну-ка прячьтесь под дубы!

Раз, два, три, четыре, пять —

Я иду грибы искать.

Пальчиковая гимнастика.

Меж еловых мягких лап дождик кап-кап-кап!

Где сучок давно засох, серый мох, мох, мох!

Где листок к листку прилип, вырос гриб, гриб, гриб!

Кто нашел его друзья?

Дети. Это, я! Я! Я! Ежик. Ни одного грибочка я не нашел — хорошо они спрятались под листочками! Хоть листьев разноцветных в корзинку наберу.

Игра «Листопад».

Дружно по лесу гуляем (шаги на месте)

И листочки собираем (наклоны вперед)

Собирать их каждый рад

Просто чудный листопад! (прыжки на месте, с хлопками в ладоши)

Листочки осенние

На деревьях висели.

Дунул ветер - полетели

И на землю тихо сели.

Снова ветер пробежал

И листочки все поднял.

Закружились, полетели

И на землю тихо сели.

Несите свои листочки. (Дети несут листочки, складывают их в корзину).

Ведущий.

Гимнастика для глаз «Мы, зажмурим глазки дружно».

Мы, зажмурим глазки дружно,

Отдохнуть им очень нужно.

Ёжик, глазки закрывай,

Вместе с нами отдыхай.

Открывайте ваши глазки,

Вот конец и нашей сказки.

Мы по лесу погуляли

Поиграли, подышали

И вернулись без сомненья,

Все с хорошим настроеньем.

Ёжик: Вас за всё благодарю,

Вам грибочки подарю!

Ёжик угощает детей грибочками.