***Спортивный досуг «Путешествие на болото» для детей старшей группы***

Задачи :

- закреплять навыки ходьбы /обычным шагом; высоко поднимая колени; мелким шагом; широко расставляя ноги; змейкой; с подлезанием под шнур/; прыжков с продвижением вперед через предметы.

- закреплять умение выполнять массаж;

- формировать понятие «болото»;

- закреплять осенние приметы;

- закреплять знания детей о экологических цепочках;

- развивать скоростные качества детей;

- воспитывать дружелюбие

Воспитатель : Вот и пришла пора золотой осени. Небо стало серым и хмурым, часто идет дождь, дует холодный ветер , листья опадают с деревьев, совсем скоро наступят морозы. А вы знаете стихи об этом времени года?

1 ребенок : Тихо кружат в мокрой чаще

Листья друг за другом,

И все дольше и все чаще

 Дождь висит над лугом.

2 ребенок : Потемнели лес и нивы ,

И темны поляны,

И плывут , плывут лениво

Сизые туманы

/звучит песня Дуремара, появляется Дуремар/

Дуремар :Это кто здесь стихи читает , моих пиявочек пугает?

Дети : Мы пришли из детского сада. А вы кто?

Дуремар: А я продавец пиявок Дуремар. Я направляюсь на болото, хочу поймать толстеньких пиявок, совсем скоро выпадет снег, и мне придется до весны сидеть дома. Зимой то на болоте нечего делать. Может со мной пойдете , тогда мы много пиявок сможем набрать.

Воспитатель : А это не опасно? Ведь про болото говорят :

Все обходят это место:

Там земля, как будто тесто,

Там осока , кочки , мхи,

Нет опоры для ноги.

Дуремар: Я вас по своей заветной тропе проведу , весь путь укажу. Только вы от меня не отставайте , след в след ступайте , все что покажу – повторяйте.

Ходьба:

- обычным шагом;

- высоко поднимая колени;

- мелким шагом;

- широко расставляя ноги;

- змейкой;

- с подлезанием под шнур;

Прыжки :

- с продвижением вперед через «кочки»

 /звучит кваканье лягушек/

Дуремар: Ну вот мы с вами и на болоте…

 /появляется Водяной, напевает песню «Я Водяной , я Водяной…»/

Водяной : Это кто пришел на мое болото , кому дома сидеть неохота?

Дуремар: Это я Дуремар , за пиявками пришел, еще и ребятишек с собой привел , чтобы они мне помогли.

Водяной : Дети , это здорово , я знаю все дети любят играть , а вот со мной никто не играет , может хоть вы поиграете?

*Проводится игра малой подвижности «Водяной»*

Водящий сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие двигаются по кругу со словами:

Дедушка Водяной,

Что сидишь под водой?

Выгляни на чуточку,

На одну минуточку.

Круг останавливается. Водяной встает  и с закрытыми глазами подходит к одному из играющих. Его задача – определить кто перед ним. Водяной может трогать стоящего перед ним игрока, но глаза открывать нельзя. Если Водяной отгадывает имя игрока, то  они меняются ролями и игра продолжается.

Водяной : Веселая игра, спасибо что навестили. Гости у меня бывают редко. Люди боятся на болото ходить, можно увязнуть.

Дуремар : Ну ладно , давайте пиявок ловить?

Водяной : А зачем они тебе?

Дуремар : Ты что , пиявки очень полезны , ими лечат людей без помощи таблеток.

*Проводится игра –эстафета «Кто больше соберет пиявок»*

Дети делятся на две команды, у каждой команды свое ведерко. Дети по очереди подбегают к емкости , в которой лежат «пиявки» /тонкие тканевые жгутики/ . Игра идет до команды «Стоп!», затем идет подсчет.

/ дети отдают ведерки Дуремару, он уходит/

Водяной : Ребята , а вы знаете , кто живет на болоте ? Отгадайте мои загадки.

* У меня ходули-

Не страшит болото.

Лягушат найду ли?

Вот моя забота! /цапля/

* Летит , пищит,

Ножки длинные тащит,

Случай не упустит,

Сядет и укусит. /комар/

* Скачет зверюшка,

Не рот , а ловушка.

Попадут в ловушку

И комар и мушка. /лягушка/

* Он родится из икринки.
У него нет ножек, спинки...
Есть большая голова,
Виден хвост едва - едва!
А когда Он подрастёт,
Хвостик тут же отпадёт!
Но Он вовсе не "ужастик" -
Сын лягушки - ... ! / головастик/

Водяной : Головастики очень быстрые , а вы ребята быстрые ? Сейчас мы это и узнаем!

*Проводится игра – эстафета «Быстрые головастики»*

Дети делятся на две команды. На полу выкладывается полоса препятствий : «кочки», обруч, гимнастические палки, большая кувшинка /бутафорская/. Играющие должны «змейкой» пробежать между кочками, пролезть через обруч, перепрыгнуть через палки, обежать вокруг кувшинки, бегом вернуться в свою команду.

Водяной : Головастики не только быстро плавают , они очень быстро растут . Как вы думаете , что им нужно для этого?

 / варианты ответов детей/

Водяной : А что нужно вам , для того чтобы быстро расти?

/ варианты ответов детей/

Водяной : А еще , для того чтобы расти быстро и быть здоровыми , нужно делать массаж, вот я часто массаж делаю. Намажусь болотной грязью и делаю. Давайте вместе с вами.

*/ дети выполняют массаж , выполняя правильно направления массажа : от кисти к плечу, от щиколотки к бедру/*

Водяной : Я в ладошки хлопаю,

И ногами топаю.

Ручки разотру,

Тепло сохраню.

Ладошки , ладошки,

Утюжки недотрожки,

Вы погладьте ручки,

Чтоб они играли лучше.

Вы погладьте ножки ,

Чтоб лучше бежали по дорожке.

Водяной : Головастики растут быстро и превращаются в лягушек , а лягушки хотят поймать комаров.

*Проводится игра «Лягушки и комарики»*

Дети делятся на две группы : 1 – «комарики», 2 - «лягушки» . «Лягушки» бегают за «комариками», задевают их , те «комарики», которых задели , они приседают 5 раз и продолжают движение.

Водяной : У комара есть хоботок. Покажите «хоботок» /дети вытягивают губы в «трубочку»/ , давайте подышим через него.

*Проводится дыхательная гимнастика :* /дети выполняют движения по тексту/

Подуем на плечо,

Подуем на другое

Нас солнце горячо

Пекло дневной порою.

Подуем на живот,

Как трубка станет рот ,

Теперь на облака

И остановимся пока.

Водяной : Ох и весело сегодня на болоте, даже танцевать захотелось. А давайте кА станцуем …

/дети встают парами по кругу /

1,2,3 на носочки - взявшись за руки, раскачивают ими, подъем на носки

1,2,3 на носочки

Хлопнули и разошлись ! - хлопок и поворот /смена партнера, или нет/

 /после танца , звучат голоса птиц/

Водяной : Тс – с ! Слышите … это журавли засобирались в дорогу, куда они отправляются и зачем?

 / варианты ответов детей/

- Да журавли летят на юг , потому что зиму им не пережить, ведь зимой многие птицы не могут найти себе пищу. Осенью исчезают насекомые , замерзают болота , озера , реки , а это значит, что птицы , которые питаются рыбой , лягушками не смогут добыть себе питание , вот и улетают в теплые края. Каких перелетных птиц вы знаете?

 / ответы детей/

Водяной : Давайте, помашем им , будем ждать их весной.

 /звучат голоса птиц/

Водяной : Да и вам пора возвращаться, вспомните тропу по которой вас привел Дуремар, приходите в гости еще.

 / дети уходят/

Литература : М.Ю.Картушина «Сценарии оздоровительных досугов» ТЦ «Сфера» Москва , 2004 г.