**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 16 ст.Луковской**

**СЦЕНАРИЙ**

**Физкультурного досуга**

**«Сентябрьские старты»**

для детей средних групп



 **Составил:**

 Инструктор по физической культуре

 Книжникова Т.Н.

 **2024-2025 уч.год**

**Задачи:**

- закрепить знания о времени года - осень;

- прививать детям навыки и привычки здорового образа жизни в процессе игровой, двигательной деятельности;

- развивать быстроту, ловкость, внимание;

- воспитывать у детей командный дух, чувство взаимовыручки, поддержки.

**Подготовительная работа:**

- беседа о времени года - осень;

- рассматривание иллюстраций по теме;

- закрепление основных движений на физкультурных занятиях;

- подготовка спортивного инвентаря и атрибутов для проведения эстафет.

**Материал и оборудование:**

Магнитофон и аудиозаписи.

Обручи 3 шт., средние металлические барьеры 6шт.,фишки 9 шт., гимнастические палки 3 шт., корзины 3 шт., овощи, фрукты, листочки, шишки (по 30 шт., муляжи), средний резиновый мяч 1 шт.

**Ход праздника Команды в одну колонну входят в зал.**

**Ведущий:**

Если на деревьях листья пожелтели,

Если в край далекий птицы улетели,

Если небо хмурое, если дождик льется,

Это время года?

**Дети:** Осень.

**Ведущий:** Здравствуйте, дорогие ребята! Очень приятно видеть всех Вас сегодня в спортивном зале на соревнованиях “Осенние старты”!

**Ведущий:** Сегодня мы отправимся путешествовать в лес. Вы готовы?

**Дети отвечают:** Да

**Дети выполняют движения под музыку по показу ведущего.**

**(ходьба, прыжки, на месте…)**

**Ведущий:** Вот мы и очутились в лесу, да не простом, а сказочном, осеннем.

В осеннем лесу есть полянка, и мы её превратим в весёлый стадион! Вы юные спортсмены будите состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

**Ведущий:** Спортсмены перед стартом делают разминку. Давайте и мы сделаем веселую разминку.

**Разминка под музыку «Делайте зарядку, будите в порядке»**

**После разминки команды строятся в колонны возле своих отметок**

**Ведущий:** Вижу, что к серьезным испытаниям вы готовы. Начинаем наши соревнования.

**Ведущий:** Кочек много на полянке, быстро прыгай без оглядки.

1. **Эстафета «Перепрыгни через кочку»**

**В эстафете участвует команда из 10 человек.**

На дистанции по 2 металлических барьера, участник выполняет бег через барьеры добегает до обруча, оббегает его и возвращается обратно выполняет бег через барьеры и передает эстафету следующему участнику***.***

**Побеждает команда, которая раньше закончит эстафету и уронит барьеры наименьшее количество.**

**Звучит музыка, появляется Медведь с корзиной шишек.**

**Медведь:** Что за шум в моем лесу. Я хозяин леса строгий. Страшно я могу реветь. Кто же я, скажи?

**Дети:** Медведь!

**Ведущий:** Здравствуй, Мишенька-медведь! Не ругайся на детей. Гостем будь на нашем спортивном празднике.

**Медведь:** Что еще за спортивный праздник?

**Ведущий:** «Осенние старты», ребята участвуют в эстафетах и показывают свою быстроту и ловкость. Правда, ребята?

**Дети отвечают:** Да

**Ведущий:** Мишка, а что ты умеешь делать?

**Медведь:** Я умею бегать, кувыркаться, по-медвежьи ходить, лазить по

деревьям.

**Ведущий:** Ну-ка, покажи нам свои умения!

**Медведь:** Хорошо!

Медведь кувыркается в траве (на ковре), ходит на четвереньках. Затем медведь рассказывает, сколько он шишек в корзинку насобирал, и раздает каждому участнику из команд по одной шишке.

**Ведущий:**

Это не овощ, это не фрукт,

На хвойных деревьях красиво растут.

И раскрываются будто-бы книжка,

С ёлки высокой падает шишка.

**Ведущий:**

1. **Эстафета «Забрось шишку в корзину»**

**В эстафете участвует команда из 10 человек.**

У каждого участника в правой руке по одной шишке, по команде участник оббегает между фишек до отметки (гимнастическая палка), бросает шишку в корзину и обратно бегом по прямой возвращается к своей команде и становится в конец колонны.

**Побеждает команда, которая раньше закончит эстафету и забросит больше шишек в корзину.**

**Медведь:** Молодцы ребята, какие вы быстрые, ловкие и меткие.

**Ведущий:** Мишка, а ты оставайся у нас на праздники и участвуй, в соревнованиях тогда ты тоже научишься быть ловким и быстрым.

**Медведь:** Зарычал. Остаюсь!!!

**Медведь участвует в эстафетах. Звучит музыка, появляется Осень.**

**Осень:** Здравствуйте, дорогие ребята! Очень рада быть на ваших «Осенних стартах».

**Ведущий:** Здравствуй, Осень! Здравствуй, Осень!

Хорошо, что ты пришла!

У тебя мы, Осень, спросим:

Что в подарок принесла?

**Осень:** Принесла я вам муки.

**Ведущий:** Значит, будут пирожки!

**Осень:** Принесла вам гречки!

**Ведущий:** Каша будет в печке!

**Осень:** Принесла вам меду!

**Осень:** Ну а яблоки, что мед,

На варенье, на компот.

**Ведущий:** Ты и хлеба, ты и меда,

Ты и яблок принесла!

А хорошую погоду ты нам, Осень, принесла?

**Осень:** А дождику вы рады?

**Ведущий:** Не хотим, не надо!

**Осень имитирует дождь и ветер, ветер листочки с деревьев срывает. Дети имитационными движениями прячутся под зонтики. А осень по спортивному залу разбрасывает разноцветные листочки.**

**Осень:**

Если осень, знает, в небе листики гуляют,

Цветом листья разные:

Желтые и красные.

**Ведущий:**

1. **Эстафета «Собери разноцветные листочки»**

**В эстафете участвует капитан команды.**

По команде капитаны трех команд начинают, бегать по залу и собирать листья одного цвета, (например: один капитан собирает желтые, другой красные, третий оранжевые), затем капитан прибегает на свое исходное место, откуда начинал стартовать, поднимает вверх собранные листья, затем складывает листочки в корзину.

**Побеждает капитан команды, которой раньше закончит эстафету и правильно соберет листочки одного цвета.**

**Осень:** Молодцы ребята, очень быстро справились с заданием. Ребята, а вы знали о том, чтобы осенью, зимой, весной и летом, не болеть и быть сильным нужно кушать много витаминов!

**Дети отвечают:** Да.

**Осень задает детям вопросы об овощах и фруктах:**

Назовите мне ребята, какие овощи и фрукты вы знаете?

Почему эти овощи и фрукты полезны для здоровья?

**Дети отвечают на вопросы.**

**Осень:** А я сейчас проверю. Отгадайте - ка загадки об овощах и фруктах, в которых содержится много витаминов.

**Осень:**

Как на нашей грядке выросли загадки

Сочные да крупные, вот такие круглые.

Летом зеленеют, к осени краснеют.  **Помидоры**

Круглый бок, желтый бок,

Лежит на грядке колобок,

Сидит в земле крепко,

Кто же это? **Репка**

Золотая голова велика, тяжела.

Золотая голова отдохнуть прилегла.

Голова велика, только шея тонка. **Тыква**

Круглое, румяное

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые.

Любят меня детки. **Яблоко**

**Ведущий:**  Молодцы ребята отлично справились с загадками.

Сейчас будет эстафета. Перед вами в обручах лежат разные продукты. Ваша задача – выбрать из этих продуктов только полезные.

**Ведущий:4. Эстафета «Возьми полезные продукты»**

**В эстафете участвует команда из 10 человек.**

По команде участник бежит по прямой до обруча берет один овощ или фрукт (в обруче 5 овощей, 5 фруктов и муляжи чипсы и т.д.), и обратно бегом по прямой возвращается, к своей команде кладет овощ в корзину, где лежат шишки, и листочки, становится в конец колонны.

**Побеждает команда, которая раньше соберет все полезные продукты и допустит наименьшее количество ошибок.**

**Ведущий:** Молодцы ребята! В лесу на полянке вы научились, перепрыгивать через кочки, собирать шишки, листья, познакомились с витаминами, с лесным зверем медведем и с временем года осень, показали свою быстроту, ловкость и волю к победе.

**Осень:** Мне прощаться с вами ребята пора, ждут в гости меня другая детвора. Но просто так уйти я не могу в лес я Мишку заберу.

Пойдем Мишка в осенний лес ко мне жить.

**Медведь:** Осень ты, когда в гости к ребятам шла. То потеряла кое-что.

**Осень:** Что же я могла потерять?! ( Думает…) Всё вспомнила!

Был он толстым и пузатым, И конечно полосатым. А арбуз-то не простой!

И внутри он не пустой!

**Медведь протягивает осени арбуз (мяч)**

**Медведь:** Посмотри, что в нем лежит?

**Осень:** Вот так чудо! Вот так клад! Здесь награды для ребят! Дети получают на память призы и прощаются с Осенью и Медведем.

**Звучит музыка, команды покидают спортивный зал.**