**Физкультурный досуг**

**«Осенние гуляния»**

(для детей 4-7 лет)

**Подготовила:** воспитатель МБДОУ № 46 Е. В. Румянцева

Задачи:

1. Знакомить с народными русскими играми, забавами и традициями;

2. Развивать самостоятельность и умение импровизировать;

3. Воспитывать уважение к народным традициям;

4. Закреплять навыки выполнения сюжетной ритмической гимнастики.

Материал:

1. Мешки для прыжков

2.Деревянная палка для перетягивания

3.Канат

4.Платок, повязка для глаз

5.2-3 деревянные ложки, несколько картофелин

6.Фонограммы русских народных песен

**Ход занятия:**

Педагог: Какое сейчас время года? Какой месяц? С чем издавна у сельских жителей связан месяц сентябрь?

(Дети дают ответы).

Правильно, заканчивалась пора сбора урожая, и крестьяне позволяли себе отдохнуть после нескольких месяцев тяжёлого труда. Они устраивали праздничные гуляния. И мы с вами устроим весёлый праздник. Но ведь праздник без гостей не бывает, поэтому я пригласила к нам в гости Скомороха. С давних времён скоморохи веселили и забавляли людей на ярмарках. Давай те же встретим нашего гостя весёлой русской музыкой.

(Под фонограмму народного перепляса дети имитируют игру на дудках, ложках и балалайках). Вбегает Скоморох (взрослый персонаж), вместе с педагогом пускается в пляс.

Педагог: Вам понравилось, как танцевал Скоморох?

Скоморох: Встретили вы меня задорно и весело, а так же задорно и весело вы умеете танцевать?

Педагог: Конечно, могут.

Дети выполняют комплекс ритмической гимнастики под фонограмму песни «Скоморохи» (фольклорная группа «МенестрелИ»)

Скоморох: Как вы знаете, пора сбора урожая закончилась. Заполнили крестьяне закрома зерном и овощами. Я тоже припас кое-что на зиму, попробуйте отгадать!

Красный нос в землю врос,

А зелёный хвост не нужен,

Нужен только красный нос.

( Морковь)

Лоскуток на лоскутке - зелёные заплатки,

Целый день на животе нежится на грядке.

(Капуста)

Заставит плакать всех вокруг,

Хоть он и не драчун, а ...

( Лук)

Круглый бок, жёлтый бок,

Сидит в грядке колобок.

Врос в землю крепко.

Что же это?

( Репка)

Маленький и горький, луку брат.

( Чеснок)

Неказиста, шишковата,

А придёт на стол она,

Скажут весело ребята:

"Ну, рассыпчата, вкусна!"

( Картошка)

Что копали из земли, жарили, варили?

Что в золе мы испекли, ели да хвалили?

(Картошку)

Скоморох: Молодцы ребята! А картошку-то с поля выносили в мешках.

Проводится шуточный конкурс «Прыжки в мешках»

(Одновременно соревнуются по трое или четверо, воспитатели страхуют детей.)

Скоморох: Ну что ж, картошку с поля всю вывезли, а теперь пора и сварить её, да гостей угощать.

Проводится шуточный конкурс «Картошка в ложке».

Участвует две - три команды. Возле каждой команды стоит корзина с картошкой по количеству участников, напротив каждой команды кастрюля. Задача каждой команды перенести всю картошку из корзины в кастрюлю ложкой, руками картошку во время движения не придерживать.

Чья команда быстрее.

Скоморох: Молодцы ребята! Вот и картошка готова для наших богатырей.

На помост вызываются два богатыря!

Проводится конкурс «Перетяжки на палках».

Выбираются два наиболее сильных мальчика, их усаживают друг против друга. Остальные дети делятся на две команды, садятся за своим «богатырем», крепко держат друг друга за пояс. Кто кого перетянет. В конце можно устроить состязание между детьми и педагогами во главе со Скоморохом.

Скоморох: Молодцы! Вы одержали над нами верх. Видать много картошки съели, много силушки богатырской накопили. Придётся мне в следующей игре водить (берёт платок). Кстати, какую русскую народную игру с платком вы знаете?

После ответа детей проводится игра «Возьми платок» (музыкально-хороводная).

Дети идут в хороводе и поют.

Ведущий ходит с платком за кругом, по окончании слов останавливается, вытягивает руку с платком и говорит:

Дети, между которыми остановился водящий, бегут в разные стороны вокруг хоровода. Кто первым успеет схватить платок, тот водит.

Скоморох: А игру с платком знаете? Проводится игра «Жмурки».

Выбираются жмурка и бубенец. Они находятся внутри хоровода.

Жмурке надевают повязку, бубенцу дают в руки бубенец. Кто-нибудь раскручивает жмурку, все хором скандируют:

Тынцы-брынцы бубенцы,

Позолочены концы,

Кто в бубенчики играет,

Того жмурка не поймает!

После этого жмурка ловит бубенца. Остальные держат круг, активно «болеют» за кого-нибудь и подсказывают. Потом бубенец становится жмуркой, а затем выбирают (можно по считалочке) нового бубенца. Если участников много, можно сразу нескольких бубенцов запустить.

Подвижная игра «Береги ноги».

На границах площадки с противоположных сторон, (ширина 3-4 м, длина

8-10м), двое водящих с длинной верёвкой. Остальные играющие – на площадке. Водящие ходят, держа верёвку примерно на высоте 15-20 см от пола. Игроки бегают, перепрыгивая через верёвку.

Правила: перепрыгивая, не задевать верёвку; тот, кто задел, на время выходит из игры.

Скоморох:А теперь я научу вас ещё одной русской народной игре «Дударь».

Дети встают в круг. Дударь в кругу. Хоровод идёт вправо, а Дударь ему навстречу. Играющие поют:

Дударь, Дударь, Дударище,

Старый, старый старичище.

Тебя во колоду, тебя во сырую,

Тебя во гнилую!

Дударь, Дударь, что болит?

Дударь отвечает, например: «Голова болит». Берётся рукой за голову, все играющие повторяют движение за ним. В такой позе опять идут по кругу. Каждый раз на вопрос «что болит?» Дударь называет новую часть тела – рука, живот, нога и т.п. Играющие повторяют движения за ним. Дударь может выбрать любого из круга, кто интересно повторит движение, тот и становится Дударем.

Дударь может ответить: «Ничего не болит. Плясать хочу!» Тогда проводится следующая музыкально-хороводная игра «Два круга»:

Участники игры образуют два круга (внутренний и наружный), берутся за руки и под музыку бегут в разные стороны, затем кружатся в паре с участником, оказавшимся перед ним. Вновь бегут по кругу. Сопровождение может быть и песенным. На куплет хороводы кружатся, на припев пары танцуют друг с другом.

Скоморох прощается с детьми и с пожеланиями здоровья и успехов покидает зал.