**Весёлая разминка осенью на природе**

Задачи**:** развивать у детей быстроту реакции; совершенствовать основные навыки; учить регулировать напряжение внимания и мышечной деятельности в зависимости от складывающейся игровой ситуации; ознакомить детей с упражнениями нестандартного типа; упражнять в бросании и ловле предметов; упражнять в ходьбе «змейкой» между расставленными предметами. Воспитывать бережное отношение к природе, формировать у детей умение наслаждаться окружающей красотой природы.

**Материал:** осенние листочки, обручи (для эстафеты), мячи

**Ход занятия**

1.Для того, чтобы всегда быть в хорошем настроении, здоровыми и бодрыми нужно побольше находиться на воздухе и заниматься спортом!

***Легкая пробежка , ходьба «змейкой», спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.***

**2.Игра «Кто летит?»**

- Станьте в круг. Когда я скажу «Голубь летит», все начинайте летать, ворковать, как голуби, «вох-р, вох-р» (дети летают 1-2 круга). «Воробей летит»- начинают махать руками, летать, как воробушки, и произносить «чирик, чирик».

Далее воспитатель говорит: «Пчела летит»- дети быстро машут руками, бегая в разных направлениях и произносят «жжу-жу-жу», «Корова летит»- дети замычали, а воспитатель спрашивает «Разве коровы летают?», «Стол летит», «Медведь летит» и т.д.

**Игра «Карлики и великаны».**

Дети стоят в кругу.

- Слушайте внимательно, если я скажу «великаны», вы должны подняться на носки и поднять обе руки вверх. Если я скажу «карлики», вы должны присесть на корточки и вытянуть руки вперед (игра проводится 6-8 раз).

**3.** **«Упражнения с осенними листочками»**

- Посмотрите, как усыпан листьями наш участок. Выберите себе по два самых красивых листочка. Подойдите ко мне, станем вокруг дерева.

- Поднимите руки вверх с листьями. Повыше, повыше! Пусть дерево посмотрит, какая красота с него слетела. Опустите руки с листочками вниз, голову вниз (6-8 раз).

- Поднимите руки вверх с листочками. Наклоны в стороны, пусть дерево пошепчется еще со своими листочками (6-8 раз).

- Положите листочки на землю. Побегайте вокруг них, не наступая на листочки (1-1,5 мин).

-Поднимите листочки, попробуйте подбросить и поймать листочек (1-1,5 мин).

- Присядьте, положите листочки перед собой. Подуйте на них, как ветер осенний дует. Посмотрите, как листочки двигаются, убегают, играют с вами.

**4. «Эстафета с кленовыми листьями»** (проводится 3-4 раза).

5.**Эстафета «Ручеек**». Прокатывание мяча между ног .

**6.Подвижная игра «Совушка»**

**7. «Ходьба и бег змейкой»**

– А теперь, построились в колонну. Двигайтесь колонной между кустами и деревьями в быстром темпе, чтобы успеть по сигналу, остановиться и замереть.

8. **Итог.**

**Литература:**

Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам. Москва, изд-во «Владос», 2000г.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. Москва, «Просвещение», 1988г.

Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. Москва, «Просвещение», 1986г.