Конспект НОД по физической культуре: «Прогулка в лес»
(подготовительная логопедическая группа)

**Цель:** развивать двигательную активность детей старшего возраста

**Задачи:**

**1. Образовательные задачи:**

- закреплять технику ходьбы и бега колонной по одному с соблюдением дистанции;

- закреплять технику ходьбы и бега по кругу со сменной поворота, врассыпную, высоко поднимая ноги, выбрасывая прямые ноги вперед;

- упражнять в прыжках из обруча в обруч;

- закреплять технику ползания по гимнастической скамейке с опорой на ладони; закрепить признаки весны.

**2. Развивающие задачи:**

- развивать физические качества: ловкость, быстроту, равновесие, гибкость, силу, общую выносливость;

 - развивать координацию движений при выполнении общеразвивающих упражнений;

- содействовать развитию к импровизации и творчеству в двигательной деятельности в сочетании с музыкой различного характера, образно-

игровых представлений, выразительной передачи движений;

**3. Формирующие задачи:**

- Формировать навык ориентировки в пространстве быстрой сменой положения тела и направления, вращениями, неожиданными остановками;

- формировать умение управлять своим телом в движении, сохраняя равновесие;

- формирование основ здорового образа жизни.

4. **Воспитывающие задачи:**

- воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями;

- воспитывать позитивные качества характера (находчивость, смелость, умение сопереживать, умение работать в коллективе, сила воли, целеустремленность).

**Интеграция областей:**

1). Физическая культура

2). Познание (Математика: порядковый счёт, ориентировка кто, где стоит)

3). Восприятие целостной картины мира (Времена года)

4). Коммуникация (отвечают: какое время года, лес)

5). Социализация (коммуникационная игра «Здравствуй»)

6). Здоровье

7). Музыка

**Доминирующая область:**физическая культура.

**Виды деятельности:**

1). Двигательная

2). Игровая

3). Коммуникативная

4). Познавательная

**Планируемые результаты:**

Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции, с разным положением рук, ползают на четвереньках, прыгают на двух ногах из обруча в обруч, подлезают под дугу, ходят по верёвке с мешочком на голове, переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, анализ упражнений.

**Оборудование и материалы:**

Гимнастическая скамейка, мешки для равновесия (по 3 шт. на каждого ребенка, мат, обручи (5 шт.), дуги (1), подставки для деревьев (5 шт.), диски с фонограммами песен «Вместе весело шагать», «Красная шапочка», плакаты с изображением диких животных, ежей, медведей

**Подготовительная часть.**

Вход детей под музыку в зал.

*Построение в шеренгу.*

На месте стой.

Равняйсь! Смирно! Вольно!

**Воспитатель:**Ребята поздоровайтесь с нашими гостями. Скажите, а для чего люди здороваются.

**Дети:**Желают друг другу здоровья.

**Воспитатель:**Как можно поздороваться, не произнося слов?

**Дети:**Пожать друг другу руку, кивнуть головой.

**Воспитатель:**Скажите, какое сейчас время года?

**Дети:**Весна.

**Воспитатель:**Назовите признаки весны.

**Ответы детей:**Тает снег, солнце стало ярче, птицы щебечут, дни стали длиннее, бегут ручьи.

**Воспитатель:**Какое время года наступит за весной?

**Дети:** Лето.

**Воспитатель:**А кто сможет назвать признаки летнего леса?

**Дети:** Шумный, звонкий, разноцветный, бурлящий.

**Воспитатель:**Ребята, вы знаете, что в лесу есть хозяин. Посмотрите на экран.(Появляется старичок – лесовичок).

**Старичок – лесовичок**. Ребята, здравствуйте. А вы любите чудеса? Хотите снова оказаться в лесу? Но путь будет нелегким. В лесу вас ждет много препятствий: нужно перебраться через речку, преодолеть овраг, перепрыгнуть через репейник, пробраться между кустов, перебраться через болото. Сможете вы справиться с такими препятствиями?

**Дети:**Да, сможем.

**Воспитатель:** Дети, мы с вами все это умеем. Сегодня я вам предлагаю совершить прогулку в летний лес, вспомнить, каким он был. Посмотреть с кем мы там можем встретиться. А все, что и кого мы увидим, мы покажем движениями. Прежде чем отправиться в путь, нам надо знать, сколько нас.По порядку номеров рассчитайсь. Налево. Посмотрите внимательно, кто стоит впереди вас? Кто сзади? Между кем стоит… Теперь можно отправиться в путь (проверили: осанку, равнение).

**Разновидности ходьбы и бега**

I. Звучит музыка «Вместе весело шагать»

1. Ходьба в шеренге по одному;

2. Какая красивая трава, чтобы не помять ее: руки на пояс ставь на носках марш

3. Шишек много под ногами. Чтоб не уколоться руки за спину ставь, ходьба на пятках - шагом марш

4. Солнце стало высоко. Надо спешить. Приготовились - медленно бегом марш.

5. Руки на пояс ставь, выбрасывая прямые ноги вперед - марш.

6. Приготовились .Руки на пояс ставь, подскоки - марш.

7. Сколько ромашек на лугу. Приготовились ходьба в рассыпную. Шагом марш.

По местам.

8. Приготовились. Руки на пояс ставь - боковой галоп марш.

9. Приготовились. Высоко поднимая колени марш.

10. Приготовились.Обычная ходьба - шагом марш.

**Этюд: Лесной ручеек (упражнение на релаксацию).**

Удивились (руки в стороны, посмотрели друг на друга).

Поиграли с водой (пальчиковая гимнастика)

Умылись.

Ходьба.

налево в колонну по- два шагом марш.

Перестроение на ОРУ.

**Основная часть:**

**Общеразвивающие упражнения**

**1. "Деревья" (8 раз).**

Много деревьев в лесу.

И.п.: пятки вместе, носки врозь, руки вдоль туловища. Ветки деревьев смотрят в стороны, высоко тянуться вверх.

Вып.: встали на носки, руки в стороны, вверх, в стороны, опустили.

**2. "Птицы"(8 раз).**

Птицы сидят на деревьях, смотрят по сторонам.

И.п.: то же. Руки на поясе.

Вып.: плавные повороты головы вправо, прямо, влево, прямо.

**3. "Дятел"(6 раз).**

Дятел стучит по деревьям.

И.п.: стоя пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

Вып.: постукивание кулаками по плечам, по коленям, по полу, на пояс.

**4. "Ветер"(по 6 раз в каждую сторону).**

Поднялся сильный ветер.

И.п.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища, пальцы вместе.

Вып: круговые вращения прямых рук вперёд, назад.

**5. "Аист"(8 раз).**

Аист ходит по болоту и ищет свою лягушку.

И.п.: ноги на ширине плеч, руки вместе.

Вып.: 3 прижимистых наклона вперёд, выпрямились, руки на пояс.

**6. "Ежи"(8 раз).**

И вот мы встретили колючего ежа, который увидел нас и испугался.

И.п.: лёжа на спине, руки вдоль прямые за голову.

Вып.: группировка - прямо.

**7. "Медвежата"(8 раз).**

А дальше на поляне играют медвежата.

И.п.: легли на спине, ноги прижаты к груди.

Вып.: повороты туловища вправо-влево.

**8**. **"Старые медведи"(8 раз).**

Старые медведи встряхивают свои лапы.

И.п.: упор – присев, отступление назад.

**9. Лягушки(8 раз).**

Вылезли из болота лягушки, и давай смеяться над медведями.

И.п.: пятки вместе, носки врозь, руки на поясе.

Вып.: приседания, произнося «ква-ква», спина прямая, руки на поясе.

**10. "Ужи"(8 раз).**

А дальше вылезли ужи и греются на солнышке.

И.п.: лёжа на животе. Руки на уровне плеч.

Вып.: подняли верхнюю часть туловища, опустили.

**11. "Паучки"(6 раз).**

А потом увидели удивительных паучков, которые бегали по лесным тропинкам.

И.п.: сидя, упор на руки и ноги

Вып.: Передвигаемся вперед, назад не опуская туловище.

**12. "Зайчата"(8 раз).**

Вышли на поляну, увидели зайчиков, которые прыгали на поляне.

И.п.: руки на поясе.

Вып.: прыжки со сменой ног (правую ногу вперед, прыжки вперед, назад).

Прыжки (ноги вместе, ноги врозь).

**Упражнение на релаксацию.**

Подул слабый ветер (работают пальцы рук).

Птицы полетели (работают кисти рук).

Рыбы плавают в лесном озере (работают: правая, левая, обе руки).

Направо. К направляющему сомкнись.

*Обход налево*. Шагом марш!

**Основные движения:**

1. Посмотрите перед нами препятствие: речка лесная протекает. Нужно перебраться через речку и мы знаем как:

*Ходьба приставным шагом по канату с мешком на голове.(3 раза)*

2. А на пути встало болото. Прыгаем по кочкам.

*Прыжки из обруча в обруч.*Руки на поясе.(3 раза)

3. А сколько вокруг кустарников.

*Бег змейкой, огибая кустарники.(3 раза)*

А вот колючий репейник.

*Подлезание под дугу.(3 раза)*

На нашем пути-пещера. Пойдём и через неё.

*Ходьба в полуприседе.(3 раза)*

**Подвижная игра "Белочки и лисички" (2 раза).**

**Старичок-лесовичок**. Ребята, я незаметно для вас всё видел, как вы преодолевали препятствия. Давай теперь поиграем. Игра называется «Белочки и лисички». Вспомним правила игры.Водящего выбирают считалкой. По сигналу «раз, два, три» дети убегают. Водящий старается забрать как можно больше лент у детей. Дети, у которых водящий забрал ленты, садятся.

**Игра на внимание "Воздух,огонь,земля" (2 раза).**

Вспоминаем правило игры."Воздух" - дети поднимают руки вверх. "Огонь"- дети вращают руки перед собой."Земля" - дети опускают руки вниз.

**Воспитатель:**Темно стало в лесу. Вот и день закончился, прячутся звери в свои норки. Послушаем, как птицы поют свою вечернюю песню (дети закрывают глаза, слушают пение птиц).Теперь и нам пора возвращаться домой.

Тихо попрощаемся с лесными жителями и будем возвращаться домой.

**Рефлексия:**

**Старичок - Лесовичок:** Ребята, мне очень понравилось, как вы занимались. Поэтому я дарю вам прекрасные цветки. Цветки не простые, это цветки здоровья. Почему они так называются? Что нужно делать, чтобы быть здоровыми?

**Дети:**закаляться, быть добрым, заниматься физкультурой, правильно питаться, правильно одеваться (по погоде), уметь дружить.

Дети читают по- одному:

**1 ребенок:** Если хочешь быть здоровым.

**2 ребенок:** Быстрым, ловким, сильным, смелым.

**3 ребенок:** Никогда не унывай.

**4 ребенок:** Бегай, прыгай и играй.

**5 ребенок:**Если будем мы стараться.

**6 ребенок:** Спортом будем заниматься.

**7 ребенок:** Со здоровьем подружиться.

**8 ребенок**: Не составит нам труда.

**Все дети:** Будем сильными тогда.

**Воспитатель:**Ребята, давайте пожелаем всем людям, живущим на нашей планете Земля здоровья. «Будьте здоровы».

**Все дети:** Будьте здоровы

**Заключительная часть:**

За что мы можем сегодня себя похвалить? Чем занимались: /ответы детей/, какими мы были: /дружными, смелыми, добрыми/. Под музыку " Вместе весело шагать" дети уходят в группу.