Прогулка в лесу

Задачи:

- Закреплять навыки ходьбы парами и «змейкой»;

- Развивать умение перешагивать препятствие;

- Нормализация дыхания;

- Упражнять в ползании в прямом направлении на четвереньках;

- Закрепление игры «Волк и зайчата»;

- Развитие общей моторики и координации движений.

Ход занятия

Организационный момент.

Дети строятся в круг.

-ребята мы сегодня шли на работу и на крылечке встретили зайку, он сидел и плакал. дело в том, что он потерялся. давайте поможем зайке и проводим его домой. где он живёт? (в лесу)

Сообщение темы занятия.

Именно туда мы и отправимся. Но нужно быть очень внимательными, так как по дороге встретятся различные трудности. Мы должны их преодолеть и прийти на полянку, где поиграем в весёлую игру.

Основная часть.

-ребята скажите какие деревья растут в лесу?(ёлочки) Зайка говорит, что тропинка к его дому проходит через эти деревья. Посмотрите где они?

Упражнение «Змейка»

Ходьба в колонне по одному змейкой между ёлочками(«старайтесь не задеть ёлочки -они могут уколоть»)

Упражнение «Ручеек»

посмотрите какой течёт ручеёк. Нам надо его перешагнуть. Поднимайте ножки выше, что бы не замочить ноги.

Упражнение «ходьба парами»

Нормализация дыхания («дорожка стала широкой, поэтому давайте станем в пары. Глубоко вдыхаем лесной воздух»)

Дыхательная гимнастика

Руки подняли и покачали

Это деревья в лесу

Руки нагнули, кисти стряхнули

Ветер сгоняет росу

В стороны руки, плавно помашем

Это к нам птицы летят

Как они сядут, тоже покажем

Руки сложили назад.

Упражнение « Упавшее дерево»

Посмотрите нам дорогу преградило упавшее дерево. Что бы пройти нам надо под ним пролезть. Но при этом не запачкать и не порвать одежду.

Игра: волк и зайчата

-Вот мы и пришли на лесную полянку. Дети посмотрите, кто там сидит? Давайте подойдём ближе и посмотрим кто это. (волк)

Наш зайка боится, что волк его съест. Давайте запутаем волка, что бы он не нашёл нашего зайку. Мы все превратимся в зайчат.

Правила игры:

Большая игрушка (Волк) или воспитатель в маске сидит на пеньке. Дети – зайчата осторожно, на носочках подходят к волку. Руки перед собой согнуты, кисти опущены вниз.

Дети: Он всегда по лесу рыщет,

 За кустом зайчаток ищет,

 Он зубами щелк да щелк…

Волк: Угадали? Это волк!

Дети-зайчата разбегаются в разные стороны, волк старается их догнать.

Итог занятия

Ребята волк устал бегать и искать зайку. Вы молодцы, что помогли зайчику спрятаться, и волк его не нашёл. А почему зайка так боится волка? Какой волк?

Сегодня мы с вами совершили путешествие по лесу, вам понравилось? Какие препятствия мы встретили? Вы очень хорошо справились с ними и помогли зайчику найти свой дом, а дом его находится на этой полянке. Зайка благодарит вас за помощь и дарит вам подарок. А что в нем вы узнаете, если отгадаете загадку

Красная девица выросла в темнице

Стали люди в руки брать

Стали косы обрывать (Морковка)

Правильно. Зайчик очень любит морковку. Она полезная, в ней много витаминов.

Скажите зайчику спасибо. А теперь мы с вами отправимся домой той же дорогой.

На этом наша с вами прогулка в лесу закончена.