**Сюжетно-игровое физкультурное занятие с использованием сказочного сюжета.**

**«Необыкновенное путешествие»**

**(для детей старшего дошкольного возраста)**

**Задачи:**

**1.** Формировать интерес к физической культуре.

**2.** Совершенствовать двигательные навыки и умения.

**3**. Формировать у детей такие физические качества, как ловкость, координацию движений, быстроту реакции.

**4**. Способствовать эмоциональному развитию посредством игровой деятельности.

**5**. Воспитывать волевые качества: выдержку и уверенность в своих силах в преодолении трудностей.

Интеграция образовательных областей: «Физическая культура», «Здоровье», «Познание», «Коммуникация», «Музыка»

**Дети входят в зал, строятся в шеренгу. Посреди зала стоит рюкзак.**

**Инструктор:**

- Ребята, вы не знаете, кто это сюда поставил? И что это за предмет, как его используют.

*Дети делают предположения, приходят к выводу, что в зале на ковре стоит рюкзак, а рюкзак нужен для походов и путешествий.*

-Значит, ребята кто-то очень хочет, чтобы мы с вами отправились в путешествие. Смотрите, а здесь еще и конверт какой- то лежит, давайте узнаем что в нем.

*Конверт, на конверте написано: «Детский сад детям». Инструктор открывает письмо, читает:*

- Здравствуйте дорогие дети! Я живу в лесной чаще и мне очень одиноко, а как бы мне хотелось найти ребят, которые подружились бы со мной. Старик Лесовик.

**Инструктор:**

- Интересное письмо, и что мы будем делать, как нам надо поступить?

**Дети:**

- Пойдем в гости к Лесовику!

- Но он живет в лесной чаще, не испугаетесь?

-Нет!

- Но для начала нужно собрать рюкзак для похода.

**Дидактическая игра « Собери рюкзак».**

**Инструктор:**

- Молодцы! А о ваших рюкзаках и головных уборах позаботились родители. Все готовы? Тогда в путь!

**Вводная часть:**

За ведущим шагом марш! Звучит музыка ( муз. композиция «Ромашки»)

**1. Спортивная ходьба.**

 Кто шагает по дороге

Тот со скукой не знаком

Нас вперед ведут дороги

Наш девиз

«Всегда вперед! »

**2.Ходьба, руки на поясе, повороты головы направо (налево).**

 Дети рассматривают лес.

**3.Ходьба, с элементами корригирующей гимнастики.**

На носках, на пятках, с перекатом с пятки на носок.

**4.Ходьба с рывками рук: в стороны, вверх.**

Прогоним стаю с комарами - разводим руки рывка.

**5.Ходьба «Цапли»**

Ходьба с высоким подниманием колен.

По высокой траве мы шагаем, ноги выше поднимаем.

**6. Ходьба в полуприседе, руки вытянуты вперед.**

**7.Ходьба на высоких четвереньках**:

 В заросли густые зашли мы, на высоких четвереньках пошли.

**8.Ходьба спортивным шагом.**

Дети подходят к первому препятствию ( звучит муз. композиция «Альпинист» ):

1. **«Гора»**

Дети поднимаются на горку, держась за поручни руками, а затем спускаются сидя. Инструктор и воспитатель страхуют детей.

**Инструктор:**

- Ребята, посмотрите какая высокая гора. Поэтому спускаться нужно очень осторожно, чтобы не навредить себе.

1. **« Тоннель»**

- Следующее испытание, которое нам необходимо пройти, это тоннель. Он очень узкий и темный, но вы все смелые, поэтому не должны испугаться.

***Дети друг за другом, проходят через тоннель.***

**3.«Мост»**

- Молодцы ребята! Ни кто не испугался, все справились с заданием. А наше путешествие продолжается дальше. И следующее испытание, которое наш ждет это мост. Посмотрите мост навесной, передвигаться по нему нужно очень аккуратно.

***На двух столбах крепиться веревка, под натянутой веревкой стоит гимнастическая скамейка «мост». Дети по одному, держась за веревку, идут по мосту приставным шагом*.**

***( во время прохода по мосту звучит муз. композиция «Шум воды» )***

***Дети с инструктором продолжают путь, инструктор останавливается и обращает внимание детей на* сорванные *и брошенные цветы.***

**Инструктор:**

- Какой ужас! Посмотрите, я нашла цветы, которые кто-то сорвал и бросил, а они завяли. Что же теперь с ними будет, я даже не знаю как им помочь!

- Может вы, ребята мне подскажете, что надо делать, чтобы вернуть цветам жизнь?

***Дети делают предположения, рассуждают, что необходимо для жизни цветам.* *Дети собирают цветы, идут дальше, впереди озеро (емкость наполненная водой, задрапированная под озеро), звучит муз. композиция «Звуки озера».***

**Опыт «Цветок лотоса»**

Инструктор предлагает опустить цветы в воду. Дети опускают цветы в воду, где у них распускаются лепестки.

-Наши цветы ожили, значит, чтобы наши цветочки жили им нужна…

-Правильно! Вода!

-Как вы думаете ребята, вода нужна только цветам?

-Молодцы, вода нужна всему живому. Без воды, солнца и тепла все живое погибнет.

-А наше с вами путешествие продолжается.

***Дети подходят к гимнастической лестнице, на которой висят шишки. Звучит муз. композиция «Звуки леса».***

- Посмотрите, я вижу впереди очень высокий кедр, кто-нибудь хочет кедровых орешек? ----Тогда подходите по одному, и я покажу, как нужно правильно сорвать шишку.

***Дети по одному поднимаются по гимнастической лестнице, срывают шишку и спускаются вниз. Воспитатель и инструктор страхуют детей.***

- Ребята, шишки нужно срывать очень аккуратно, чтобы не повредить кедр. Дереву необходимо много лет, пока оно вырастет и начнет плодоносить.

-Орешки мы отнесем в детский сад, а сейчас нам нужно идти дальше.

**Инструктор:**

- Ребята, а кто помнит, зачем мы пошли в поход?

***Ответы детей.***

-Помочь Лесовику найти друзей, а если он страшный и злой, что мы будем делать?

-Убегать, нет, убегать не будем, я сейчас вас научу как не бояться Лесовика. По моей команде, мы должны сделать страшное лицо и громко закричать. Итак, раз, два, три, рычим!

***Дети громко рычат.***

- Здорово у вас получается. Теперь нам не страшен старик Лесовик.

Дети, продолжают путь дальше. А в это время из домика на четвереньках, пятясь назад, вылезает старик Лесовик. Он встает, потягивается, хлопает рукой по рту и медленно поворачивается к детям. (***Звучит муз. композиция «Лесовик»).***

**Инструктор:**

-Дети! Смотрите это старик Лесовик. Помните, как мы с вами учились его пугать? Только все вместе и по моему сигналу!

***Дети дружно рычат, Лесовик падает в обморок.***

**Инструктор:**

- Ой, Лесовик! Прости нас, мы только хотели тебя напугать. Инструктор пытается привести в чувства Лесовика, делает ему искусственное дыхание. Лесовик открывает глаза.

-Мы виноваты перед тобой, прости нас, пожалуйста!

**Лесовик:**

-А вы, все- таки получили мое письмо?

**Дети:**

-Да! Поэтому мы здесь.

**Лесовик:**

- Ой! А как же у меня гости, а мне нечем вас угостить, побегу хоть грибов наберу.

**Инструктор:**

- Лесовичок, а может, за грибами ребят отправим?

**Лесовик:**

- А ребята справятся с заданием, а то принесут грибов да не тех.

**Инструктор:**

-Что ты, у нас ребята умные, съедобные грибы от не съедобных отличить смогут.

**Эстафета « Собери грибы »**

( Звучит муз. композиция «Походная» )

Молодцы! Все ребята справились, покажите мне какие вы нашли в лесу грибы.

-Ну, что Лесовичок, не удалось тебе наших ребят запутать.

**Лесовик:**

-Не получилось, пойду дровишек, что ли собирать для костра.

**Инструктор:**

-Лесовичок, подожди, отдохни, ребята сами пойдут за дровами, а ты лучше расскажи какие нужно дрова собирать.

**Лесовичок:**

- Дрова нужно брать сухие, которые на земле лежат, валежником называются, а под котелок укладывать их можно или шалашиком, или домиком.

Скалывает дрова, ставит котелок.

**Инструктор:**

-Какой котелок у тебя большой, наварим, для всех хватит!

**Лесовик:**

-Только картошки у меня нет!

**Инструктор:**

-У нас есть, и ребята сейчас ее в котелок тебе помогут положить.

**Эстафета « Принеси картошку».**

( Звучит муз. композиция «Походная» )

**Инструктор:**

Хорошо потрудились! Теперь можно и отдохнуть у костра, погреться, а ребята расскажут тебе Лесовичок, где они сегодня были, что делали, что видели и слышали, чему научились.

**Дети рассказывают о походе. Звучит муз. композиция «Костер»**

**Инструктор:**

- Ребята нам домой пора, в детский сад. А Лесовику хочу подарить книгу о путешествиях. Когда тебе будет одиноко, ты сможешь читать книгу и вспоминать нас, а ребята тебе писать письма будут.

**Лесовик:**

-Спасибо, я тоже буду вам писать.

**Дети встают в колонну и за инструктором выходят из зала под муз. «Вместе весело шагать».**