**«Поможем капелькам»** конспект физкультурного занятия в средней группе

***Цель***: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать.

 Закреплять умение ходить по гимнастической скамейки , перешагивая через кубики, сохраняя равновесие.

 Совершенствовать умение ползать и подлезать под шнур. Воспитывать у детей в потребности помогать другим, действовать сообща.

 ***Ход занятия:***

 Воспитатель по физкультуре приглашает детей в зал.

 *Воспитатель по ФК*:

 Солнышко не хочет землю согревать,

Листья пожелтели, стали опадать.

 Часто дождик льется, птицы улетают.

 Отгадайте, дети, когда это бывает?

 Правильно! Сегодня мы с вами отправимся в осенний лес. В лесу растут разные деревья и кустарники. Их очень много. Лес большой, в нем можно заблудиться. В лесу всегда тихо. Чем гуще лес, тем он темнее. В лесу всегда особый воздух. А чем богат осенний лес?

 *Дети*: Грибами и листьями

 *Воспитатель по ФК*: Пора отправляться в путь!

 **Вводная часть**

 - «Идём по узкой тропинке» - ходьба на носочках;

 - «Идём через густой кустарник» - ходьба в полуприседе;

 - «Обходим сухие опавшие ветки» - ходьба с высоким подниманием колена;

 - «Выбегаем на солнечную полянку» - легкий бег на носочках;

 - «Увидели зайку» - прыжки на двух ногах.

 - «Ветер и листья» - дыхательное упражнение

( Ребята делают глубокий вдох, задерживают дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произносят звук «ф») и постепенно опускают руки вниз («листья опадают») .

 *Воспитатель по ФК*: Ой, ребята, посмотрите сколько листочков, давайте выберем себе понравившиеся и немножко разомнемся.

**Основная часть.**

 *Комплекс ОРУ с листочками*

 1) РУЧКИ.

 И. п. – о. с., руки согнуты в локтях. «чтобы ручкам силу дать, нужно резче их сжимать». (8 раз) .

2) ПОЛЕТЕЛИ.

 И. п. – о. с., листочки в опущенных руках. 1 - поднять руки с листочками в стороны, 2 - вверх; 3 - в стороны;

 4 – и. п. (6 раз) .

 3) ВЕТЕР.

 И. п. – ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках. 1-3 – наклониться вперед, развести руки с листочками в стороны; 4 - и. п. (6 раз) .

 4) СПРЯТАЛИСЬ.

 И. п. – о. с. 1-2 - присесть, листочки вынести вперёд; 3-4 - и. п. (6 раз) .

 5) ПОПРЫГАЕМ.

 И. п.-о. с. 1-4 - руки внизу, 8-10 прыжков ; ходьба на месте (чередовать) - 3-4 раза.

 6) Дыхательное упражнение «Ветер»

 Дует легкий ветерок – ф-ф-ф… .

 И качает так листок – ф-ф-ф… .( Выдох спокойный, ненапряженный. )

 Дует сильный ветерок – ф-ф-ф-…

 И качает так листок – ф-ф-ф… ( Активный выдох. )

*Воспитатель по ФК*: Ой, дети, слышите, кто-то плачет?

 (Вытаскивает картинки плачущих капелек, подносит их к уху)

 Ребята, это две сестрички - Капушка и Капочка, А плачут они потому, что отстали от своих сестричек и потеряли маму тучку. Просят нас о помощи. Поможем найти их?

 *Дети*: Да

**Основные виды движений:**

 *Воспитатель по ФК*: Наверное мама-тучка запуталась в вершинах деревьев нашего леса, давайте пройдем по дереву и доберемся вон до того лесочка.

1) Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.;

 *Воспитатель по ФК*: А теперь нужно подлезть под поваленное ветром дерево.

2) Ползание на четвереньках на расстояние 5 метров, в сочетании с ползанием под шнур, натянутый на высоту 40 см. ;

( Воспитатель тем временем достает макет тучки, обращает внимание на нее, хвалит детей. Меняет эмоции капелек на рисунке на радостные).

 Проводится **подвижная игра** *«Солнышко и дождик».*

 *Воспитатель по ФК* :

 Выглянуло солнышко!

 Идите все гулять!

Если дождь начнется,

Под зонтик всем бежать!

 Дети ходят и бегают по всему залу. Во время прогулки можно предложить детям собирать листочки, грибы, попрыгать, походить, как великаны или карлики, погулять парами. После слов взрослого: «Дождик! Раз-два-три! По зонт беги! » они бегут под большой зонтик. Взрослый отмечает тех ребят, которые первыми вернулись на свои места. Через некоторое время воспитатель снова произносит: «Солнышко! Можно идти гулять! », игра повторяется.

**Заключительная часть.**

 *Воспитатель по физкультуре*: Посмотрите, ребята, какие детки у мамы тучки дружные. А мы с вами дружные?

*Дети*: Да

 *Пальчиковая гимнастика «Дружба*»

 Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики

И с вами мы подружимся

 Маленькие пальчики ( Соединяют ладони)

 1, 2, 3, 4, 5 - начинай считать опять.

 1, 2, 3, 4, 5 - мы закончили считать.

( Ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук. Поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинцев).

 Руки вниз,( встряхивают кистями. )

Проводит краткую беседу по теме занятия. Хвалит детей, прощаются.