**«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.