**Конспект открытого физкультурного занятия**

**в средней группе**

**«Прогулка по осеннему лесу»**

*(занятие проводилось на стадионе ДОУ)*

**Цель:** Формирование двигательных навыков через игровое занятие.

***Задачи:*** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; прыжки на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.

***Использовать здоровьесберегающие технологии: элементы дыхательной гимнастики «Ветерок», формирование здорового образа жизни (беседа о пользе игр и прогулок на свежем воздухе).***

**Инвентарь и оборудование:** Гимнастические скамейки, корзина, магнитофон, кубы, на каждого ребенка: (шишки, грибы, мячики, осенние листочки); дикие животные (белка, ёжик, медведь, зайчик).

**Предварительная работа:** Просмотр слайдов «Прогулка по осеннему лесу», обогащение словаря детей по теме «Дикие животные» чтение стихов об осени, загадок, рассматривание серии картин об осени.

**Ход занятия:**

Ведущая:

Ребята сегодня нам принесли приглашение:

Осень золотая в гости нас зовёт,

Хочет показать нам, как она живет.

Ребята вы согласны погулять со мной по осеннему лесу и

посмотреть, как живёт осень.

Разминка:

Ходьба в колоне по одному, ходьба на носочках:

На носочки дружно встали,

Листики рукой достали.

Ходьба с высоким подниманием колен:

Вот мы по лесу идем

И грибов наберём. (3 шага и полный присед и т.д.)

Бег в колоне по одному:

По тропинкам пробежим,

На осенний лес глядим.

Ведущая:

Осень со зверятами лесными давно нас поджидают.

Перестроение в колону по три.

Общеразвивающие упражнения:

1. Белочке поможем шишечки собрать?

И.п. – стойка ноги на ширине ступни, шишка в правой руке. Поднять руки через стороны вверх, переложить шишку в левую руку, опустить руки. Поднять через стороны руки и передать шишкуиз левой в правую руку. (4–5 раз)

2. А теперь поможем Ёжику грибов мешок набрать?

И.п. – стойка ноги на ширине ступни, грибок в правой руке. Присесть положить грибок на пол перед собой, встать, руки на пояс. Присесть взять грибок, выпрямится, вернутся в и.п.(5–6 раз).

3. Очень дружно мы шагаем, и друг другу помогаем:

И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки на поясе. Поворот вправо (влево), руку тянем назад, выпрямится, вернутся в и.п. (по 3 раза в каждую сторону).

4. Надо Мишке помогать, ягоды ему собрать?

И.п. – ноги врозь, ягода в правой руке. Наклонится вперёд, положить ягоду у носка правой (левой) ноги, выпрямится, руки на пояс. Наклонится вперёд, взять кубик, выпрямится, вернутся в и.п.(5–8 раз).

5. А теперь немножко можно у пенёчка поплясать:

И.п. – ноги слегка расставлены, руки произвольно, пенёк на полу. Прыжки на двух ногах вокруг пенёчка в обе стороны в чередовании с небольшой паузой.

Дыхательная гимнастика:

«Ветерок»

Бедный, бедный ветерок,

Он деревьям не помог,

 Листья разные висят,

Улететь они хотят.

Воздух носиком вдохнули,

На листочки все подули.

И про рот не забываем,

Губы в трубочку смыкаем.

Перестроение в колону по одному.

Ведущая:

Серый зайка тут сидит,

Плачет зайчик и грустит.

Через мостик в огород

Заинька пройти не смог.

Это зайка не беда,

Рады мы помочь всегда.

Основные виды движений:

1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через кубики (пенёчки), поставленные на расстоянии двух шагов ребенка (2–3 раза).

Вот теперь мы в огороде,

Как нам выбраться теперь,

Перепрыгивая грядки,

По порядку, по порядку.

2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками, поставленными в ряд на расстоянии 0,5м (2–3 раза)

Ведущая:

В осеннем лесу не зря мы очутились,

Очень славно потрудились,

Да ещё оздоровились.

А теперь со зверями лесными

Будем мы сейчас играть.

Подвижная игра: «У медведя во бору»

«Медведь» (один из детей) сидит на стульчике и «спит». Другие дети ходят по лесу, собирают «грибы», «ягоды». Затем дети, начинают приближаться к «медведю» со словами:

У медведя во бору,

Грибы, ягоды беру,

А медведь не спит

И на нас рычит.

На последнем слове «рычит» медведь бежит за играющими, ловя их.

Игра малой подвижности: «Что мы делали в осеннем лесу».

Показать мимикой движения, что можно делать в осеннем лесу.

Дети встают в колонну по одному.

Ведущая:

Вот и настала пора возвращаться в наш детский сад. Надеюсь, вам понравилось наше путешествие в гости к Осени в осенний лес.