

 **Форма проведения:**

игровая.

 **Методы:**

словесный, наглядный, практический.

 **Интеграция образовательных областей:**

«социально-коммуникативная», «познавательное развитие», «художественно-эстетическое развитие», «физическое развитие».

 **Цель:**

создавать условия для формирования у дошкольников рациональных, осознанных движений в процессе двигательного опыта и применение его в повседневной жизни.

 **Задачи:**

- учить детей ходьбе по бревну, руки за спиной, лазанию по башенке в сочетании с ходьбой по наклонной доске;

- упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, руки в стороны, в подлезании под дугу и ходьбе на четвереньках по тоннелю;

- развивать функцию равновесия при ходьбе по корригирующей дорожке (следам);

- совершенствовать навыки бега и ходьбы;

- активизировать мышление детей через упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры;

- содействовать развитию выносливости, силы, тренировке дыхательной системы;

- развивать нравственные качества, выдержку, функцию самоконтроля;

- совершенствовать навык безопасного поведения в физкультурном зале.

 **Оборудование:**

гимнастическая скамейка, башенка, 2 наклонные доски, корригирующая дорожка, тоннель, дуга для подлезания.

**Ход занятия.**

*Дети, маршируя, входят в спортивный зал и строятся в одну шеренгу.*

 ***Вводная часть.***

 Здравствуйте, ребята! Посмотрите, сколько гостей сегодня собралось. Давайте с ними поздороваемся.

- здравствуйте!

 Ребята, мы сегодня с вами отправимся в путешествие. А куда пойдем, вы должны узнать, послушав музыку (*включается фонограмма с голосами птиц*).

Что вы услышали? (*птичьи голоса, шум ветра и дождя и т. д.*).

 Правильно, это звуки леса. В лесу мы должны соблюдать правила, а какие , кто подскажет? (*не шуметь, не кричать и т. д.*) Сегодня я предлагаю вам отправиться в путешествие в осенний лес. Направо, раз, два! За Савой по лесной тропинке шагом марш! (*обычная ходьба*)

Выросли березки высокие, стройные (*ходьба на носках, руки вытянуты вверх*). Спина прямая, высоко тянемся.

На нашем пути лисички встретились (*ходьба в полуприседе, руки плавно работают перед собой*). Спину держим прямо, голова смотрит вперед.

Мишка косолапый по лесу идет (*ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе*).

Паучки пошли (*ходьба на руках и ногах, животом вверх*).

Бегом марш! (*обычный бег*)

Побежали между деревьями (*бег змейкой*).

Побежали как олени. Руки на поясе, спину держим прямо, колени поднимаем высоко (*бег, высоко поднимая колени*).

Разбежались по полянке (*бег врассыпную*).

Построились, ребятки (*построение в одну шеренгу*).

***Основная часть***.

Вот мы и пришли на лесную полянку, а теперь давайте познакомимся с лесными жителями. Я вам загадаю загадки, а отгадки мы с вами будем показывать (*перестроение в 3 колонны*).

1. Кто с высоких темных сосен

В ребятишек шишку бросил

И в кусты через пенек

Промелькнул как огонек? (белка)

И.п.: о.с., руки согнуты в локтях перед грудью. 1 – прямые руки в стороны, поворот головы вправо, подняться на носочки, 2 – и.п., 3 – в другую сторону, 4 – и.п.

1. Летом ходит без дороги

Возле сосен и берез.

А зимой он спит в берлоге

От мороза прячет нос. (медведь)

И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – наклон туловища вправо, 2 – и.п., 3 – в другую сторону, 4 – и.п.

1. Рыжая плутовка

Хитрая и ловкая

Хвост пушистый

Мех золотистый. (лиса)

И.п.: стоя на ладонях и коленях. 1,2 – передвижение на руках вправо, ноги не двигаются, 3,4 – и.п., 5,6 – в другую сторону, 7,8 – и.п.

1. Под мостиком виляет хвостиком. (рыба)

И.п.: лежа на животе, руки вместе вытянуты над головой, ноги вместе. 1-16 – поочередное поднимание прямых рук и ног.

1. Сердитый недотрога

Живет в глуши лесной.

Иголок очень много,

А нитки ни одной. (еж)

И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. 1,2 – обхватить руками колени, голову наклонить к коленям, 3,4 – и.п.

1. Я скажу, а ты поверь

Пробегал по лесу зверь.

Нес на лбу зверь неспроста

Два огромнейших куста.

Их носить ему не лень

Ведь зовут его…(олень).

И.п.: о.с., руки вдоль туловища. 1 – подтянуть правую ногу, обхватив ее руками, 2 – и.п., 3 – левую ногу, 4 – и.п.

1. По полю скачет, ушки прячет.

Встанет столбом – ушки торчком. (заяц)

И.п.: о.с., руки согнуты в кистях перед грудью. 10 прыжков вокруг себя в чередовании с ходьбой (3 раза). (*Перестроение в шеренгу.*)

Ну что ж, загадки вы отгадали. Пора бы нам и по лесу погулять. Направо!

Мы сейчас в поход выходим, по тропинке в лес заходим, руки за спину кладем и по бревнышку идем (*ходьба по бревну*).

Вот гора перед нами стоит, путь тяжелый предстоит (*ходьба по наклонной доске, руки в стороны; лазание произвольным способом по башенке и спуск с нее; ходьба по наклонной доске, руки в стороны*).

Через пещеру прошли (*ходьба на четвереньках через тоннель*).

На мосток, другой взошли, вот и речку перешли (*ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны*).

Только к лесу подошли – обнаружили следы (*ходьба по дорожке со следами*).

Под деревьями прошли (*подлезание под дугу правым и левым боком*).

*ОВД проводятся групповым потоком, 3 раза.*

Подвижная игра «Охотник и лисы». Повторение правил игры.

***Заключительная часть.***

Игра малой подвижности «Перелет птиц».

А теперь, ребята, давайте отдохнем (дети садятся по-турецки (поза лотоса), включается релаксационная музыка).

1, 2, 3, 4, 5

Всем открыть глаза и встать.

Потянулись! Улыбнулись!

В детский сад мы опять вернулись.

Ребята, вам понравилось наше путешествие. А чем именно? (Ответы детей.)

А вы знаете, за нами следила белка и дарит нам орешки. За то, что вы хорошо вели себя в лесу. Давайте попрощаемся с нашими гостями. До свидания.

*Заключительная ходьба по залу в колонне по одном*