Конспект занятия по физкультуре:

**«Путешествие в королевство цветов»**

**Выполнила:** Анисимова Гульнара Мобудовна

**Цель:**

Учить ориентироваться в пространстве; закреплять умение детей ходить и бегать легко и ритмично, умение пролазить через трубу, бегать змейкой. В подвижных играх «Собери букет», «Сплетем венок» воспитывать у детей чувство товарищества, взаимовыручки, поддерживать дух честного соревнования; развивать творческое воображение.

**Здоровье сберегающие технологии:**

Дыхательная гимнастика, релаксация.

**Оборудование:**

Шапочки цветов по количеству детей; цветок на каждого ребенка; трубы 2 шт.; мольберты, макеты венков – по 2 шт.; березовые «бревнышки» 6 шт.; лепестки цветов с заданиями, схемой; стулья с цифрами 1 – 4 4 шт.; цветы – конфеты по количеству детей, «Волшебный сундук» с масками; 2 стойки желтого и красного цвета; плоскостные ромашки по количеству детей.

**Музыкальное сопровождение:**

Аудиозаписи «Вальс цветов» (П. Чайковский), «Звуки леса» (Релаксация), «Деревянные лошадки» (А. Дементьев).

**Предварительная работа:**

Рассматривание иллюстраций о цветах, беседа на тему «Твои любимые цветы», гигиена носовой полости.

**Ход занятия:**

**Воспитатель:** Здравствуйте, ребята! Меня зовут Гульнара Михайловна. Я пришла сегодня к вам в гости поиграть и посмотреть какие вы внимательные, ловкие и дружные. А вы любите играть? В какие игры вы играете?

Вот и сегодня вас приглашаю отправиться в путешествие по уровням компьютерной игры, а название игры вы узнаете отгадав загадку.

**- Растут в поле сестрички: желтые глазки, разноцветные лепестки.**

Верно, это цветы. Наша игра называется «Цветочная страна». Отправляемся в путь!

*(Звучит запись «Внимание! Приглашаю вас на первый уровень игры «Цветочная страна», дети подходят к стульчику №1, достаю схему, читаю задание. Дети одевают маски цветов и встают в колонну по одному.)*

1. **Вводная часть.** (Под звуки фортепиано)
2. Вот зеленая тропа, отправляться в путь пора. (Ходьба в колонне по одному).
3. Только в лес мы зашли, появились комары. Руки вверх, над головой, руки вниз, хлопок другой. (Ходьба с хлопками над головой, за спиной).
4. На носках теперь шагаем, руки выше поднимаем. (Ходьба на носках, руки вверх).
5. А теперь идем на пятках, руки ставим по порядку. (Ходьба на пятках, руки вверх).
6. Ручеек в лесу бежит и куда – то он спешит. (Бег в среднем темпе 40 секунд).
7. А теперь опять шагаем, ноги выше поднимаем. (Спокойная ходьба, руки на поясе).
8. И вновь зеленая тропинка, идем в колонне по одному.

**Воспитатель:** Молодцы! Ребята, мы оказались на сказочной цветочной поляне. Какой чистый воздух. Давайте подышим им:

**Дыхательное упражнение «Подыши одной ноздрей»:**

Делаем вдох правой ноздрей, левую закрываем указательным пальцем. Выдыхаем левой ноздрей, правую закрываем указательным пальцем. *(Комментирую и показываю 3 – 4 раза).*

*(****Звучит запись:*** *«Молодцы, снимите маски и сложите их в волшебный сундучок. Можете переходить на второй уровень»).*

**Воспитатель:** Находим второй уровень, цифру 2. (читаю схему: закройте глаза, вы оказались на ромашковой поляне, выберите себе ромашку и встаньте лицом к воспитателю).

Покажите, умеете ли вы ходить, не отрывая носков от пола, вот так (дети повторяют).

Молодцы! Сейчас мы сделаем музыкальную зарядку ромашек. Приготовились.

**2. ОРУ.**

**1.** Ходьба, не отрывая носков от пола(6 – 7 раз).

**2.** Ходьба, не отрывая носков от пола + поднимаем и опускаем плечи (6 – 7 раз)

**3.** Ходьба, не отрывая носков от пола + поднимание рук.

На 1 – руки в стороны

На 2 – руки вверх

На 3 – руки в стороны

На 4 – руки вниз.

**4.** Повороты (6 – 7 раз)

И. п.. : Руки на поясе, ноги слегла расставлены.

На 1 – слегка присели, поворот направо, руки в стороны.

На 2 – и. п.

На 3 – слегка присели, поворот влево

На 4 – и. п.

**5. Наклоны в стороны (6 – 7 раз).**

И. п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе

На 1– наклон влево

На 2 – и. п.

На 3 – наклон в право

На 4 – и. п.

**6. Наклон вперед (6 – 7 раз).**

И. п. – ноги вместе, руки за спиной.

На 1, 3 – наклон вперед, обе руки вытягиваем, дарим цветы

На 2, 4 – и. п.

7. Приседания (6 – 7 раз).

И. п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе.

На 1, 3 – присесть, руки вперед

На 2, 4 – и. п.

1. **Подскоки** (16 подскоков 2 раза).

Подскоки вокруг себя в одну и в другую стороны, руки двигаются свободно.

1. **Ходьба на месте.**
2. **Восстанавливаем дыхание «Вдыхаем аромат цветов».**

**Воспитатель:** Вдохнули аромат цветов через нос, и подули вперед через рот (3 – 4 раза) Молодцы!

*(Звучит запись: «Молодцы! Переходим на 3 уровень цветочной игры. Дети подходят к стульчику с цифрой 3, показываю схему, читаю задание, раздаю цветы).*

**Подвижная игра «Собери букет».**

**Воспитатель:** Ребята, перед вами желтая и красная вазы. Под музыку все цветы танцуют по всему залу, музыка умолкает – цветы собираются у своей вазы. (2 – 3 раза).

**(Звучит запись «Вальс цветов»).**

*Голос: «Молодцы! Замечательно справились с заданием. Положите цветы на место – все переходят на 4 уровень».*

**Основные виды движений:**

**Воспитатель:** Ребята, где 4 уровень? (читаю схему). Разделитесь на 2 команды.

**Впереди игра – эстафета «Соберем венок».**

Игрок команды опускается аккуратно на колени, пролезает сквозь трубу, как вода под землей добирается до цветка, как ручеек бежит между березовыми бревнышками змейкой, подбегает к цветочной полянке, берет цветок и прижимает к зеленому кругу на мольберте и возвращается по внешней стороне в хвост колонны. Кто быстрее «сплетет» венок, тот первым пройдет и уровень. (Проводится эстафета, 1 ребенок показывает, как нужно выполнять движения).

**Воспитатель:** Молодцы! Вы хорошо поиграли, замечательные венки у вас получились. Вам понравилась игра? А теперь предлагаю вам немного отдохнуть: представим, что мы на лесной полянке, все легли на спину, закрыли глаза, слушаем звуки природы.

**(Проводится релаксация, на фоне тихой музыки читаю стихотворение).**

Закрываем дети глазки, представляем, что мы в сказке.

Мы словно цветы на поляне лесной согреты солнцем, умыты весной.

Мы тянемся вверх, лепестки раскрывая, и ласковый ветер нас тихо качает.

И нежные песни нам птицы поют, и соки земные нам силы дают.

**(Во время стихотворения воспитатель раскладывает цветок с конфетой около каждого ребенка).**

**Воспитатель:** Ребята, откройте глаза. Садитесь.

(*Звучит запись: Вы справились со всеми заданиями, вас ждет сюрприз. Удачи!)*

**Воспитатель:** Ой, посмотрите, Королева Цветочной страны каждому из вас подарила цветок, который будет напоминать об этом волшебном путешествии. Ребята, вам понравилось путешествовать? Ну а мне пора. До свидания! Желаю удачи и здоровья!

**(Звучит бодрая музыка, дети уходят).**