**«Прогулка в зоопарк»**

**Цель:**

* Укрепление здоровьядетей, создание жизнерадостного настроения и желания заниматься физкультурой.

**Задачи:**

* Развивать координацию движений;
* Обучать ползанию между препятствий произвольным способом;
* Закреплять умения спрыгивать с высоты с приземлением в обруч;
* Повторять навыки ходьбы по скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; способствовать развитию чувства равновесия;
* Развивать эмоциональность при выполнении имитаций движений.

**Оборудование:**

* 2 скамейки, разноцветные обручи, 6 кеглей, презентация в слайдах.

**Ход:**

**Воспитатель:**

- Ребята, сегодня мы с вами отправимся в зоопарк.

Зашагали наши ножки, *Ходьба за воспитателем*

Прямо по дорожке: топ-топ-топ. *с ускорением и замедлением темпа.*

Ну-ка веселее: топ-топ-топ,

Вот как мы умеем: топ-топ-топ.

Дружно в зоопарк идем: топ-топ-топ*.*

А потом пойдем быстрей,

Чтобы было веселей.

Вот и близко зоопарк,

До него бежим - вот так. *Бег за воспитателем.*

Перед тем как внутрь зайдем,

Мы немножко отдохнем.

**Упражнение на дыхание:** «Отдыхаем». /4 раза*/.*

 *1-* *вдох, потянуться вверх, подняться на носки.*

 *2-выдох с произнесением «ух».*

**ОРУ:**

Вот пришли мы в зоопарк,

Во все стороны глядим.

Вот стоит в клетке слон, «Слон».

Головой кивает он. И.п.: *Ноги слегка расставлены,*

 *руки на пояс или произвольно,*

 *1-наклон головы вперед,*

 *2-и.п.*

 */по 3-4 раза в каждую сторону/.*

Мишка делает зарядку,  «Мишка».

Мишка занимается, И.п.: *Ноги узкой дорожкой,*

Мишка наклоняется. *руки на поясе или произвольно,*

 *1–наклоны туловища в одну и другую стороны,*

 *2- и.п. /4-6раз/.*

Вот и рыжая плутовка, «Лисичка».

Выгибает спинку ловко. *И.п.: Стоя на четвереньках.*

 1- *прогнуться в спине, голову поднять,*

 *сделать вдох.*

 2- *выгнуть спину дугой,*

 *прижимая подбородок к груди,*

 *сделать выдох /4 -6 раз/.*

Вот ленивые тюлени, «Тюлень».

Хвостиками машут, *Лежа на полу, руки вдоль туловища*,

Приглашают нас, ребят, *поднять ноги вверх,*

Вместе помахать*. Опустить на пол./ 4-6 раз/.*

Вот веселые зайчики, «Зайчик».

Прыгают как мячики. *Прыжки на двух ногах, руки перед грудью.*

 */2 раза в чередовании с ходьбой/.*

**ОВД:**

**-** Ребята посмотрите, сколько здесь ещё интересных животных.

Разноцветные здесь змейки, *Ползание между препятствиями*

Ползают вокруг скамейки. *произвольным способом;*

 */препятствия стоят на одной линии*

 *на расстоянии 50 см. друг от друга/.*

И веселые мартышки не боятся высоты. *Спрыгивание с высоты 20 см.*

Ловко прыгают, как ты! *с приземлением в обруч; (2-3 раза).*

Кто по мостику идет?  *Ходьба по скамейке,*

Неуклюжий бегемот! *приставляя пятку одной ноги к носку другой* Он боится оступиться /*2-3раза/.*

И в болото провалиться.

**Подвижная игра:** «Лошадка». /2-3 раза/.

*/ Лошадка – наездник. По двое, один держит за плечи второго, дети бегут через зал. Потом они меняются местами/.*

- Я лошадка серый бок.

Я копытцами цок-цок.

Если очень захочу,

И тебя я прокачу!

**Упражнение на дыхание**  «Дудочка».

Воздуха мы наберем, *И.п.:* *Ноги вместе, руки вдоль туловища.*

В дудку мы дудеть начнем. *вдох, подняться на носки,*

 *руки через стороны поднести к губам,*

 *выдох, с произнесением «ду-у-у»,*

 *вернуться в и.п. /4 раза/.*

- А теперь пора ребята,  *Обычная ходьба.*

Возвращаться в детский сад.

Там игрушки ждут ребят.

Без детей они грустят!