***«В осеннем лесу»***

***Программное содержание:*** Упражнять в ходьбе на носках,  в ходьбе с высоким подниманием колен, добиваться точности прыжков из обруча в обруч, развивать ловкость, равновесие, а также выразительность движений; продолжить знакомить с приметами осени, развивать творческое воображение, организованность, самостоятельность.

***Пособия:*** по 2 листочка на каждого ребена, скамейка (h-25 см), 2 стойки с веревкой, стойка с вертикальным кольцом.

***Способы организации детей на занятии:*** фронтальный, поточный, индивидуальный.

***Ход занятия***

***I. Вводная   часть***

Осень золотая в гости к нам пришла,

Карандаши достала, краски развела.

Осень золотая в гости нас зовёт,

Хочет показать, как она живёт. Ребята вы согласны погулять со мной по осеннему лесу и посмотреть, как живёт осень.

На носочки дети встали, ходьба в колоне по одному,

Лучики рукой достали, ходьба на носочках.

Осень наступает, ходьба с высоким

солнце реже согревает, подниманием колен.

А мы в лес пойдём, ходьба в полуприсяде

И грибов наберём.

По тропинкам побежим, бег в колонне по одному.

На осенний лес глядим.

Осень на полянке давно нас поджидает,

На деревья краски яркие кидает… перестроение в 3 колонны

***II. Основная   часть***

***Общеразвивающие упражнения с листочками***

*1. «Листочки шуршат»*

И.п. ноги слегка расставлены, руки внизу.

Руки через стороны вверх, помахать листочками –и.п.

6-8 раз

*2. «Листочки на ветках»*

И.п. ноги на ширине стопы, руки в стороны.

Повороты туловища вправо (влево) – и.п. 6-8 раз

*3. «Ветер дует»*

И.п. стоя на коленях, руки вверху.

Наклоны туловища вправо и влево. 6-8 раз

*4. «Ветки до земли»*

И.п. сидя ноги в стороны, руки в стороны.

Наклоны вперед, коснуться пальцев ног – и.п. 6-8 раз

*5. «На землю падают»*

И.п. сидя ноги вместе, руки вдоль туловища.

Медленно ложиться – и.п. 5-7 раз

*6. «Листочки на земле»*

И.п. лежа на спине, руки в стороны.

Согнуть ноги в коленях, прижать к себе, обхватить ноги руками.

6-7 раз

*7. «Соберем листочки»*

Прыжки – ноги и руки в стороны – вместе, в чередовании с ходьбой 2 раза по 15-20 раз

*8.Упражнение на дыхание:*

*Бедный, бедный ветерок, он деревьям не помог.*

*Листья разные висят, улететь они хотят.*

*Воздух носом все вдохнули ,на листочки все подули.*

*И про рот не забываем,губы в трубочку смыкаем.*

Перестроение в 2 колонны

***Основные виды движений***

*1. «Белочка все орешки раздала, а себе не собрала»*

Метание шишек в вертикальную цель (дупло)

R-1,5 м 5—6 раз

*2. «Заяц серенький сидит, плачет зайчик и грустит.*

*Через мостик, огород, очень тоненький мосток.*

*По нему я не пройду! Упаду я! Упаду!»*

Ходьба по рейке гимнастической скамейки 3-4 раза

3. *«Лесом катится клубок, у него колючий бок»*

Подлезание под веревку прямо и боком (50 см) 3-4 раза

4. *«Перепрыгни через кочки»*

Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч(5-6 шт), лежащих в шахматном порядке. 3-4 раза

***Подвижная игра «Хитрая лиса»*** 3 раза

На одной стороне площадки проводится линия – «дом лисы». Играющие располагаются по кругу на расстоянии одного шага друг от друга.

Педагог предлагает играющим закрыть глаза и, обходя круг за спинами детей, дотрагивается до одного из играющих, который и становится «Хитрой лисой». Затем детям предлагается открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь? Играющие 3 раза спрашивают хором:

«Хитрая лиса где ты?». При этом все играющие смотрят друг на друга. Когда все играющие (в том числе и хитрая лиса) в третий раз спросят:

«Хитрая лиса, где ты?», хитрая лиса быстро прыгает на середину круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а хитрая лиса их ловит. После того как лиса поймает 2-3 человек, педагог говорит: «В круг!».

***III.   Заключительная    часть***

***Игра малой подвижности « В лесу»***

Играющие стоят по кругу, водящий выходит в середину зала, закрывает глаза. Дети идут по кругу и говорят:

Катя (Саша), ты сейчас в лесу, мы зовем тебя: - Ау!

Ты глаза не открывай, кто позвал тебя, узнай!

Инструктор подходит к одному ребенку. Водящий по имени не открывая глаз, пытается отгадать, кто его позвал. Если он отгадал, окликавший водящего меняется с ним местами.

А теперь нам пора возвращаться в детский сад.

Ходьба обычная.