**Нод по физкультуре**

**в средней группе**

**«Путешествие в гости к осени»**

**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, кубы, на каждого ребенка: (шишки);ИКТ слайды дикие животные (белка, ёжик, медведь, зайчик), музыка голоса птиц.

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

**Ход занятия:**

Воспитатель:

Ребята сегодня нам пришло электронное письмо: (слайд №1)

Осень золотая в гости нас зовёт,

Хочет показать нам, как она живет.

Ребята вы согласны отправиться со мной в гости к осени в осенний лес и

посмотреть, как живёт осень.

Дети: да.

Воспитатель: Но чтобы не потеряться в лесу мы должны построиться в колонну.

Построение в колонну, проверка осанки, равнение.

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, с высоким подниманием ног, боковой галоп.

По тропинкам пробежим,

На осенний лес глядим.

Дыхательное упражнение « Вдыхаем аромат леса»

Воспитатель:

Осень со зверятами лесными давно нас поджидают.

Перестроение в колону по три.

Общеразвивающие упражнения: (с шишками)

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 шишек мешок набрать?

И.п. – стойка ноги на ширине ступни, шишка в правой руке. Присесть положить шишку на пол перед собой, встать, руки на пояс. Присесть взять шишку, 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, шишки ему собрать?

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

5. А теперь немножко можно возле шишки поплясать:

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

Дыхательная гимнастика: (слайд № 2)

«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.

Воспитатель: (слайд № 3)

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, (слайд №4)

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)

3. Ползание по дугой на четвереньках «Ищем куда спрятался зайчик» (2-3раза)

Воспитатель: (слайд № 5)

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»

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

Показать мимикой движения, что можно делать в осеннем лесу.

Дети встают в колонну по одному.

Воспитатель:

Вот и настала пора возвращаться в наш детский сад. Вам понравилось наше путешествие?.

Воспитатель:

Ребята, я вам предлагаю чтобы наше путешествие запомнилось давайте отдохнем в лес и послушаем как поют птицы.

Релаксация (слайд №6) Дети ложатся на ковер закрывают глазки, расслабляются слушают пение птиц.

Воспитатель:

Но вот ребята наше путешествие подошло к концу.

Итог занятия.