

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
художественно – эстетическому направлению развития детей второй категории №43
«Аленький цветочек» х. Победа Азовского района

НОД по физическому развитию
В средней группе
«Путешествие в гости к осени».

Провела: Уколова Е.В

Нод по физическому развитию в средней группе «Путешествие в гости к осени».

Цель: *Формирование двигательных навыков через игровое занятие.*

Задачи: Образовательная: Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; прыжки на двух ногах.

Развивающая: Развивать ловкость, внимание, выносливость.

Воспитательная: *Воспитывать любовь к своему здоровью.*

Использовать здоровьесберегающие технологии: *элементы дыхательной гимнастики «Ветерок», формирование здорового образа жизни (беседа о пользе игр и прогулок на свежем воздухе).*

Инвентарь и оборудование: Корзина, кубы, на каждого ребенка: (шишки); музыка голоса птиц.

Ход занятия:

Воспитатель:

Ребята, а какое сейчас время года на дворе? Правильно, осень. Сейчас вы по очереди будете называть признаки осени. Ответы детей: Осенью солнышко прогревает, но на улице становится холоднее, желтеют и опадают листья, пожелтела и засохла трава, перелётные птицы улетают в дальние страны).

Сегодня мы поговорим о перелетных птицах. Почему птиц называют перелетными? Назовите перелетных птиц. (Ответы детей)

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, какие птицы остались зимовать?

Дети: да.

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

Построение в колонну, проверка осанки, равнение.

Ходьба в колонне 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 колонне по одному, с высоким подниманием ног, боковой галоп.

По тропинкам пробежим,

На осенний лес глядим.

Дыхательное упражнение « Вдыхаем аромат леса».

Аромат сосны вдыхаем, и дыханье затаим,

(Сделать глубокий вдох через нос, и задержать дыхание)

А теперь мы выдыхаем и немного покричим «а-а-а»

(Сделать выдох с тянущимся звуком «а»)

Упражнение повторить 3-4 раза.

Воспитатель:

Осень со зверятами лесными давно нас поджидают.

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 шишку из 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, вернуться 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, вернуться 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, вернуться 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. Гимнастика для рук с шишками.

Дыхательная гимнастика:

«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 колонну по одному.

Воспитатель:

Серый зайка тут сидит,
Плачет зайчик и грустит.
Через мостик в огород
Зайка пройти не смог.
Это, зайка, не беда,
Рады мы помочь всегда.

Основные виды движений:

1. Перешагивание через кубики (пенёчки), поставленные на расстоянии двух шагов ребенка (2–3 раза).

Вот теперь мы в огороде,
Как нам выбраться теперь,
Перепрыгивая грядки,
По порядку, по порядку.

2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками, поставленными в ряд на расстоянии 0,5 м (2–3 раза)

3. Ползание под дугой на четвереньках «Ищем куда спрятался зайчик» (2–3 раза). Ребёнок демонстрирует.

Воспитатель:

В осеннем лесу не зря мы очутились,
Очень славно потрудились,
Да ещё оздоровились.
А теперь со зверями лесными
Будем мы сейчас играть.

Подвижная игра: «Ловишки»

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 лесу и послушаем как поют птицы.

Релаксация Дети ложатся на ковер закрывают глазки, расслабляются слушают пение птиц.

Воспитатель:

Ну вот, ребята, наше путешествие подошло к концу.
Итог занятия.