

**«Путешествие в лес»
конспект НОД по физическому развитию**

Тема: «Путешествие в лес».

Цель: Приобщать дошкольников к здоровому образу жизни, формирование у детей двигательных умений и навыков используя игровые и здоровьесберегающие технологии, нетрадиционные методы и приемы работы с детьми; оказывать общеукрепляющее воздействие на организм.

Задачи:

Образовательные:

Совершенствовать у детей навыки основных движений, закреплять знания дошкольников о значении здорового образа жизни и спорта для укрепления здоровья.

Развивающие:

Развивать физические качества (выносливость, ловкость, быстроту, выдержку и внимание).

Вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на спортивные упражнения, развивать интерес к оздоровительным упражнениям, способствовать проявлению детьми чувства удовлетворения от двигательных заданий, развивать у детей самостоятельность, активность, умение заботиться о своем здоровье.

Воспитательные

Воспитывать морально-волевые качества, выдержку уверенность в себе, чувство товарищества, дружеские отношения во время игр, воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Оздоровительные

Создать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Способы:

музыкальное сопровождение

словесный (вопросы, объяснение, стихи)

сюрипризный момент(письмо от лесных жителей)

общеразвивающие упражнения

основные движения (ходьба, бег, прыжки, подлезание)

дыхательные упражнения «Прогоним тучки»

самомаж «шишка»

подвижная игра «У медведя во бору»

игра малой подвижности «По тропинке в лес идем»

наблюдение за работой детей

Оборудование:

мультимедийное оборудование;

мультимедийная презентация;

шишки

туннель

массажные коврики

елки

Ход мероприятия.

1. Мотивация.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята!

Дети: Доброе утро

Воспитатель: Ребята, посмотрите на экран, кто-то там летит. (Показ презентации).

На экране появляется сойка с письмом от лесных жителей:

Дорогие ребята!

Пишут вам лесные жители. Скоро в нашем лесу будут проводиться спортивные соревнования. А мы не знаем, как к ним подготовиться. Помогите нам, пожалуйста. Ждем Вас в гости.)

Воспитатель: Ну, что, ребята, отправимся в лес к зверятам и покажем, как мы умеем заниматься спортом? А на чем мы поедem? Я предлагаю, отправиться в лес на поезде. Согласны?

Тогда садимся в вагончики и поедem в веселое путешествие к нашим друзьям.

Ну готовы поехали (Дети встают друг за другом, выполняют ходьба мелкими шагами по кругу под музыку).

Вот поезд наш едет,

Колёса стучат,

А в поезде этом,

Ребята сидят.

2. Основная часть.

Приехали на полянку, встретили белочку .

Белочка: Здравствуйте, ребята! Скоро в нашем лесу будут проводиться соревнования, а я не умею делать зарядку. Научите меня, как правильно ее выполнять.

Воспитатель: Белочка, наши дети любят делать зарядку и выполняют ее каждый день. Верно, ребята? Ребята покажем белочке, как мы умеем выполнять зарядку.

Ребята выполняют комплекс упражнений.

1. Выйди, солнышко, скорей

И ладошки нам согрей.

Вот так, вот так

И ладошки нам согрей.

Вытянуть руки вперед, «погреть» ладошки.

2. Вместе на носочки встанем,

И до солнышка достанем.

Вот так, вот так

И до солнышка достанем.

Подняться на носочках, потянуться.

3. В жаркий солнечный денек

Пусть подует ветерок.

Вот так, вот так

Пусть подует ветерок.

Повороты в стороны, руки на поясе.

4. А теперь, мои ребятки,

Поиграем с солнцем в прятки.

Вот так, вот так

Поиграем с солнцем в прятки.

Приседание.

5. Не скучают наши ножки,

Мы попрыгаем немножко.

Вот так, вот так

Мы попрыгаем немножко.

Прыжки на месте.

Воспитатель: Молодцы, ребята! Научили белочку делать зарядку.

Белочка: Спасибо ребята, а в благодарность я вам корзиночку с шишками принесла. Хотите с ними поиграть?

Самомассаж «Шишка».

Ребенок катает шишки между ладонями (по кругу).

Воспитатель: Нарисуем солнышко на своей ладошке.

(Дети прокатывают шишки по часовой стрелке между ладонями).

Воспитатель: Пусть оно сияет хоть и понарошку.

(Дети проводят шишкой по каждому пальчику)

Смотрите ребята тучки надвигаются дождик собирается ну ка покажем какие мы сильные на тучки подуем и дождик уйдет. (дыхательные упражнения «Прогоним тучки»)

Воспитатель: Хорошо поиграли, теперь пора отправляться дальше в путь.

Смотрите здесь тропинка посмотрим куда же она нас приведет (ходьба по дорожке здоровья).

Ребята, на нашем пути препятствие . Здесь упало дерево как же нам теперь пройти, можно только под ним проползти.

(Дети подлезают в туннель на четвереньках).

Воспитатель: Ребята, а мы с вами попали еще на одну полянку. Кто же здесь живет?

Выходит зайчик.

Зайчик: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуй, заяка!

Воспитатель: Ребята, а что зайчик умеет делать лучше всех?

Дети: Прыгать.

Зайчик: Верно. В нашем лесу я прыгаю лучше всех, поэтому работаю тренером по прыжкам. Я хочу посмотреть, как вы умеете прыгать и приготовил для вас следующее задание: прыжки по кочкам. (Дети выполняют прыжки двумя ногами по массажным коврикам)

Зайчик: Здорово попрыгали! Молодцы, ребята! Мне пора идти работать дальше. Пока!

Дети: До свидания, зайчик!

Воспитатель: А мы снова в путь!

Воспитатель: Ребята, внимание, перед нами – извилистая дорожка . Будьте осторожны!

Идите только по тропинке

(Дети выполняют ходьбу змейкой по тропинке между елками).

Воспитатель: Молодцы, ребята, преодолели препятствие. А мы с вами вновь попали на полянку.

Выходит медведь.

Медведь: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуй, Мишка!

Медведь: Ребята вы такие веселые, а мне грустно. Говорят в лесу будут соревнования а я к ним совсем не готов. Поиграйте со мной.

Воспитатель: Ребята, развеселим Мишку и поиграем с ним в его любимую игру.

Проводится подвижная игра «У медведя во бору».

Медведь: Ребята, как хорошо с вами поиграли, весело, дружно. Я теперь совсем готов к участию в соревнованиях. До свидания!

Дети: До свидания, Мишка!

3. Заключительная часть.

Воспитатель: А сейчас ребята на полянку мы присядем и послушаем тихонько лес.

Понравилось наше путешествие? А кого мы встретили в лесу? А что мы делали?

Воспитатель: Ребята, хорошо нас встретили лесные жители? Поиграли с нами, позанимались спортом. за это подарим им нашу песенку.

Проводится игра «По тропинке в лес идем...»

Воспитатель:

Ну вот немного побродили,

Зверей мы всех уж навестили

Пора, ребята, возвращаться в детский сад говорим лесу до свидания.