**КОНСПЕКТ**

организованной образовательной деятельности по физическому развитию

на тему:

***«*Путешествие в страну «Здоровья»*»***

**Цель:**

формировать стремление заниматься физической культурой.

**Задачи:**

-прививать любовь к спорту и физкультурным упражнениям;

-подвести детей к пониманию того что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье;

-развивать умение ползать по скамейке с опорой на ладони и колени;

- закрепить умение ходить по доске, положенной на пол;

- совершенствовать навык прыжков на двух ногах, с продвижением вперёд;

- закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины,

-воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

**Направления организованной деятельности:**

физическое развитие

познавательное развитие,

речевое развитие,

художественное творчество,

социально- коммуникативное развитие

**Предварительная работа:**

беседа о временах года;

о здоровом образе жизни;

дидактические,подвижные игры;

упражнения: ползание по доске, прыжки;

просмотр слайдов, мультфильмов.

**Методы и приемы:**

загадки,стихи;вопросы,

проблемная ситуация,

сюрпризный момент.

**Материалы:**

скамейка -1шт.,доска-1шт., туннель -1шт.,обручи,овощи и фрукты(муляжи),зонтик -1шт.,магнитофон (музыка),угощение(яблоки),стол.

**Место проведения:** спортивный зал.

*Воспитанники и воспитатель входят в зал.*

**Воспитатель.**Ребята, сегодня я хочу пригласить вас в волшебную страну. А называется она страна «Здоровья». Все жители этой страны здоровы и сильны, потому что любят заниматься спортом. А вы хотели бы побывать в этой стране?

**Воспитанники.** Да

**Воспитатель**. Мы отправляемся в путешествие на волшебном поезде. Вы будете  пассажирами  в «вагончиках», а я – «паровозом». На остановках вы - пассажиры будете выходить и разминаться.Но на пути нас ждут препятствия, и что бы их преодолеть, вы должны меня внимательно слушать и выполнять всё, что я скажу. В путешествие нужно отправляться с хорошим настроением. Давайте улыбнемся друг другу и пожелаем счастливого пути.А теперь нам пора -  вставайте друг за другом и двинемся в путь.

*Воспитанники встают друг за другом паровозиком, ведущий впереди .Под музыку идут друг за другом по залу и выполняют движения:*

*Ходьба по кругу друг за другом*.

**Воспитатель**. Мы с вами идём мимо берлоги медведя, встанем на носочки и пойдём тихо-тихо, как мышки, что бы его не разбудить.

*Ходьба на носочках.*

**Воспитатель**.Посмотрите, какие лужи, давайте мы аккуратно пройдём на пяточках, что бы ни замочить ножки.

*Ходьба на пятках.*

**Воспитатель**.Сейчас будем перешагивать через камни, колени поднимаем выше, спинка прямая.

*Ходьба с высоким подниманием колен*.

**Воспитатель.** А вот и первая остановканазывается «**Зарядкино**».

Чтобы быть здоровым надо делать зарядку*.(на вытянутые руки расходятся).*

**ОРУ**

**«Руки вверх»**

И.п. ноги на ширине плеч, руки внизу

Поднять через стороны руки вверх, И.п.

Опускаем через стороныруки вниз,И.п.(5 раза).

**«Наклонись, не ленись»**

И.п.ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Наклон левая рука над головой. И.п.

Наклон правая рука над головой.И.п.(5 раз)

**«Приседание»**

И.п. ноги вместе, руки перед собой(ладони см.вниз).

Присесть на носочки, спина прямая,И.п.(5 раз)

**«Прыжки»**

И.п. ноги вместе, руки на пояс.

Ноги врозь, руки на поясе, И.п.

Ноги вместе, руки на поясе, И.п.(6 раз)

**«Упражнение на дыхание»**

**Воспитатель.**Молодцы, набрались сил? Продолжим путь?

**Воспитанники.** Да.

По сигналу «паровоза» дети «садятся в вагончики» и едут дальше.

*Ходьба змейкой по залу за воспитателем.*

**Воспитатель**.Следующая станция называется «**Спортивная**».

Как вы думаете, что мы будем делать?

**Воспитанники**. Выполнять упражнения.

Поточным методом дети выполняют движения:

* « Ходьба по доске»
* «С кочки на кочку»
* «Проползи через туннель»
* «Прыжки из обруча в обруч»
* «Ползание по скамейке*» (с опорой на руки и ноги, спрыгнуть , выпрямиться, задеть рукой колокольчик)*

*Строятся в колонну. Воспитатель следит за состоянием детей*.

Сигнал «Паровоза», дети «едут» дальше.

**Воспитатель.** Ехали, мы ехали и приехали на станцию «**Игровая**».

Сейчас какое время года?

**Воспитанники**. Осень.

**Воспитатель.**А какая погода осенью?

*Ответы детей.*

**Воспитатель.** Раз станция «Игровая» поиграем в игру «Солнышко и дождик*»?*

*Правило игры : «Солнышко» бегают, «Дождик» - прячутся под зонт.*

**Игра «Солнышко и дождик»**

Сигнал «Паровоза», дети «едут» дальше.

**Воспитатель**. Станция «**Витаминная**».Ребята, вы знаете, какие продукты нужно кушать по- больше, чтобы быть здоровыми?

*Ответы детей.*

**Воспитатель**. Отгадайте загадки:

Он совсем-совсем зеленый

И овальный, удлиненный.

Помидора верный брат,

Тоже просится в салат.

Догадался? Молодец!

Ну, конечно *... –огурец*

*-*

Как на нашей грядке  
Выросли загадки —  
Сочные да крупные,  
Вот такие круглые!  
Летом зеленеют,  
К осени краснеют*. –помидоры-*

Хоть чернил он не видал,  
Фиолетовым вдруг стал,  
И лоснится от похвал  
Очень важный… - *баклажан*

Он бывает, дети, разный –  
Желтый, травяной и красный.  
То он жгучий, то он сладкий,  
Надо знать его повадки.  
А на кухне – глава специй!  
Угадали? Это…- *перец* –

Золотистый и полезный,  
Витаминный, хотя резкий,  
Горький вкус имеет он.  
Когда чистишь – слезы льешь.- *лук* –

Корешок оранжевый под землей сидит,  
Кладезь витаминов он в себе хранит,  
Помогает деткам здоровее стать,  
Что это за овощ, можете сказать?- *морковь* –

Закопали в землю в мае  
И сто дней не вынимали,  
А копать под осень стали  
Не одну нашли, а десять.- *картошка* –

Круглое, румяное,  
Я расту на ветке.  
Любят меня взрослые,  
И маленькие детки. *–яблоко-*

Этот вкусный жёлтый плод  
К нам из Африки плывёт,  
Обезьянам в зоопарке  
Пищу круглый год даёт. –*банан*-

**Воспитатель.** Молодцы!

**Игра «Варим борщ и компот»**

*Воспитанники делятся на 2 команды. Одной команде поручается отобрать продукты необходимые при приготовлении борща (овощи).Другой команде для приготовления компота(фрукты).Побеждает команда, быстро справившаяся со своим заданием и без ошибок.*

Сигнал «Паровоза», дети «едут» дальше.

**Воспитатель**. Станция **«Здоровья**». На этой станции, ребята, мы будем танцевать.

(*под веселую музыку «Барбарики» (гр. «Непоседы») по показу воспитателя дети выполняют танцевально-ритмические движения*).

**Воспитатель**. Сегодняшнее путешествие подошло к концу. Ребята, вам понравилось путешествовать? На каких станциях останавливались? Что делали? Жители страны «Здоровье» прислали вам гостинцы.

**Воспитанники**. Спасибо.

**Воспитатель**. Нам пора возвращаться назад, в группу. Садитесь в поезд.