**Путешествие в весенний лес**

**Конспект НОД**

**МКДОУ «Краснянский детский сад»**

**Воспитатель: Синельникова Марина Ивановна**

Цель: Упражнять детей в различных видах ходьбы

Задачи:

Образовательные:

* Способствовать развитию эмоционально-ценностного отношения к природе,
* Закрепить правила поведения в лесу.

Развивающие:

* Совершенствовать навыки бега.
* Упражнять детей в пролезании в тоннель опираясь на ладони и стопы.
* Упражнять детей в ползании по гимнастической скамье на животе.
* Упражнять детей в прыжках через шнур, закреплять навык приземляться на полусогнутые ноги
* Упражнять детей в проведении самомассажа с использованием массажного мяча.
* Формировать навыки соблюдать правила игр, действовать по сигналу, использовать различное физкультурное оборудование.
* Развивать дыхание

Воспитательные:

* Воспитывать у детей интерес к двигательной активности.
* Воспитывать доброжелательное отношение к природе, исходя из принципа «не навреди!»

Оборудование: массажные мячи – по количеству детей, тоннели – 3 шт., гимнастические скамейки 3 шт., скакалка длинная, обручи, «тучки» вырезанные из синтепона – по количеству детей; аудиозаписи для ходьбы, для подвижной игры, для релаксации.

Ход занятия:

**1часть. Вводная**

Дети под музыку входят в зал и строятся в шеренгу

Инструктор:

Здравствуйте ребята! У меня такое хорошее настроение. А у вас? (хорошее). Замечательно! Ведь наступила весна. И сейчас я предлагаю вам отправиться на прогулку в весенний лес посмотреть, как пробуждается природа от зимнего сна.

Но в лесу есть свои правила:

Если в лес пришел гулять,

Свежим воздухом дышать.

Бегай, прыгай и играй,

Только чур, не забывай…

Что в лесу нельзя шуметь,

Даже очень громко петь.

Испугаются зверюшки,

Убегут с лесной опушки.

Правило мы знаем, тогда в путь!

Перестроение в колонну.

Инструктор: Пойдем мы с вами по лесной тропинке, которая должна вывести нас на солнечную полянку

По лесным тропинкам

Медленно пойдем

Запахи апреля

Мы в лесу найдем.

Запах прелых листьев

И коры нагретой,

Первой нежной травки,

Смелых первоцветов.

«Идем по тропинке» - обычная ходьба по круга в колонне по одному

Посмотрите по дороге нам попадаются проталины на которых появились первые подснежники. Поэтому идем очень аккуратно, обходим проталины

«Обходим проталины» - ходьба змейкой между лежащими на полу дощечками

В апреле вы по лесу

Ходите осторожно.

Упасть там иль споткнуться

Весной вполне возможно.

«Ходьба на носочках»

Найдете груды шишек,

Тоннели, лунки норы,

Поломанные ветви,

Что стали как заборы.

«Ходьба с высоким подниманием колен»

Теперь весенним ветерком

Мы пронесемся с огоньком.

«Бежим к лесной полянке по тропинке» - легкий бег

Давайте мы с вами вдохнем свежий чистый лесной воздух

«Дышим лесным воздухом» - спокойная ходьба с выполнением упражнения на восстановление дыхания

**2.Основная часть**

Инструктор: Вот и добрались мы с вами до лесной полянки,

Построение в круг

Инструктор: Посмотрите, какие высокие деревья в лесу

1. «Ветер качает деревья»

И.п. стоя ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Поднять руки вверх, покачать, опустить руки

Инструктор: Прилетели птички

Веселые синички,

Тише, тише не шумите,

Вы синичек не спугните

1. «Птички пьют воду»

И.п. стоя ноги врозь, руки на поясе. Руки отвести назад, наклон туловища вперед

Инструктор:

Выпал птенчик из гнезда.
Как попасть ему туда?
Прыг, да прыг он по траве,
Не взлететь ему наверх.

3. «Посадим птенчика»

И.п. ноги о.с., руки на поясе. Присесть, ладони перед собой, встать потянуться вверх

Инструктор: Вышли на полянку зайки поиграть

4. «Зайки»

И.п. ноги вместе, прыжки на месте

Инструктор: ой ребятки посмотрите на полянку выбежали ежики. Давайте мы с вами поиграем с ними.

Инструктор показывает детям корзинку с массажными мячами.

5. Самомассаж «Жил был маленький ежик»

В сказочном лесу в маленьком уютном домике жил-был маленький ёжик - зажать мячик в ладошках.

Выглянул ёжик из своего домика (раскрыть ладошки и показать мячик) и увидел солнышко.

Улыбнулся ёжик солнышку (улыбнуться), и решил прогуляться по лесу.

Покатился ёжик по прямой дорожке (прямыми движениями по ладошке раскатывать мячик), по извилистой (катать мячик в ладошках по кругу) катился – катился и прибежал на красивую, круглую полянку (ладошки соединить в форме круга).

Обрадовался ёжик и стал бегать и прыгать по полянке (зажимать мячик между ладошками).

Вдруг набежали тучки (зажать мячик в одном кулачке, в другом и нахмуриться) и закапал дождик: кап-кап-кап (кончиком пальцев стучать по колючкам мячика). Спрятался ёжик от дождя (спрятать руки за спину).

А когда закончился дождь, обрадовался ежик и побежал обратно домой (зажать мячик в ладошках).

Инструктор: А, теперь давайте понаблюдаем, что же еще происходит в лесу весной.

Перестроение в две колонны

1. «Медвежата»

Инструктор: Весной просыпаются медвежата и вылезают из своей берлоги и лапки разминают.

Пролезание через туннель, способом «по медвежьи», ползание по гимнастической скамье на животе, хват рук сбоку.

 2. «Бельчата»

Инструктор: обрадовались приходу весны - белочки и вышли на полянку поиграть, попрыгать

Перепрыгивание через длинную скакалку поднятую пот пола на высоте 20см.

Подвижная игра

Инструктор: весной из теплых стран к нам возвращаются перелетные птицы и строят гнезда.

«Птички в гнездышках»

Цель. Учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу, помогать друг другу.

Описание. На полу лежат обручи – гнездышки. Дети располагают в гнездышках. По сигналу воспитателя все птички вылетают на середину комнаты, разлетаются в разные стороны, приседают, разыскивая корм, снова летают, размахивая руками-крыльями. По сигналу воспитателя "Птички, в гнездышки!" деть возвращаются на свои места.

Игра малой подвижности

«Очистим лес»

 - Весной, когда тает снег очень часто остается много сломанных веточек на земле, и даже бывает, что попадаются бумажки. Давайте наведем порядок в лесу.

Цель: развивать двигательную активность, закреплять умение сортировать предметы по признаку.

Ход игры: детям необходимо собрать палочки, бумажные комочки, шишки в различные емкости.

Инструктор: Вот и подходит наше путешествие к концу, но ребятки посмотрите, в нашем лесу, солнышко спряталось за тучку. Давайте прогоним тучку.

Дыхательное упражнение «Подуем на тучку»

Описание: каждому ребенку раздается тучка на ленточки, ребенок держит тучку за колечко и дует на нее.

**3.Заключительная часть.**

Инструктор:

Вот и выглянуло солнышко, стало припекать и послало деткам свои лучики. Давайте погреем ладошки солнечными лучиками – дети протягивают ладошки вверх

А вместе с лучиками прилетели озорные солнечные зайчики. И стали прыгать у вас по носику – легкое ударение пальчиками по крыльям носа

Вот зайчики перебрались к вам на щечки, давайте подружимся с ними и погладим их аккуратно – поглаживание щек

А теперь зайчики перепрыгнули к вам на животики – погладьте их – поглаживание живота по часовой стрелке

А теперь поймайте зайчика в ладошки – соединение ладошек – чувствуете, как зайчик согревает ваши ладошки?

А теперь давайте поблагодарим наших зайчиков и погладим их – поглаживание одной ладошкой, другую.

И отпустим их обратно к солнышку.

 А теперь пора прощаться,

 В садик нужно возвращаться.

 Постоим, построимся,

 В путь дорогу тронемся.

Беседа с детьми о том, что запомнили, узнали, научились, кому помогли.