**Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение «Денисовская школа» Симферопольского района**

**Республики Крым**

ОКПО 00833786, ОГРН 1159102031307, ИНН/КПП 9109010405/910901001,   
ул. Школьная,14, с. Денисовка, Симферопольский район, Республика Крым, 297534,

тел. (0652) 34-52-19, e-mail: [den-school@yandex.ru](mailto:den-school@yandex.ru)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Конспект**

**Открытого занятия непосредственной образовательной деятельности по физической культуре   
 на тему: «Путешествие за здоровьем»   
 для детей средней группы «Ромашка»**

Разработала: Губанова О.Ю.

Денисовка 2020г.

**Открытое занятие на тему: «Путешествие за здоровьем»**

**Цель:** - Укреплять здоровье детей ;формировать двигательную активность; снять физическое напряжение; дать положительные эмоции.

**Задачи:**

**Образовательные:**-Упражнять детей в ходьбе друг за другом; построению в круг; в ходьбе с   
высоким подниманием колен; в ходьбе на носках ;в ползании под дугу; в перепрыгивании из обруча в обруч; в ходьбе по гимнастической скамейке.  
  
**Развивающие:**-Развивать ловкость, выносливость, двигательную активность.  
  
**Воспитательные:**-Воспитывать интерес к занятиям по физической культуре, чувство   
взаимопомощи, доброжелательное отношение.  
  
**Сберегательные:-**Укреплять дыхательную систему; способствовать формированию правильной осанки; закаливанию организма; профилактике плоскостопия.

**Инвентарь:** - Дорожка здоровья, дуги , обручи , гимнастическая скамейка, письмо, цветок, звуки природы для релаксации

**Ход занятия:**Воспитатель: Ребята, к нам сегодня пришли гости, давайте поздороваемся.  
Дети: Здравствуйте.  
Воспитатель: Ребята, как вы думаете, что это за слово «здравствуйте?» Почему люди его произносят во время встреч? Что означает это слово?  
Дети: Желают здоровья.  
Воспитатель: Верно, здравствуйте, то есть -будь здоров, не болей. Ребята ,скажите мне , что такое здоровье?  
Дети: Здоровое питание, прогулки на свежем воздухе, занятия спортом, закаливание.  
Воспитатель: Правильно, все это можно назвать «Здоровый образ жизни».  
Воспитатель: Ребята, сегодня в детский сад почтальон принес письмо. Это письмо адресовано нам. Детский сад Ручеек, группа Ромашка, от Миши. Прочитаем его?  
Дети: Да.  
Воспитатель: Здравствуйте ребята. Меня зовут Миша. Я очень нуждаюсь в вашей помощи. Я не придерживался здорового образа жизни и очень заболел, и никто мне не может помочь. Но доктор сказал что есть только один способ помочь мне. Нужно попасть в страну «Неболейка» , и принести от туда цветок здоровья. Я поставлю его в своей комнате и сразу выздоровею. Но к большому сожалению я болею ,и у меня нет сил , чтобы отправиться в путешествие за цветком. Вы мне поможете стать здоровым?  
  
  
  
Воспитатель: Ребята, мы поможем Мише , достанем волшебный цветок из страны «Неболейка»?  
Дети: Да.  
Воспитатель: Но я хочу вас предупредить, что нас впереди ждут нелегкие испытания.   
Отправляемся в путь?  
Дети: Да.  
Воспитатель: На право! За направляющим шагом марш!  
-Мы с вами заходим в лес. Идем как великаны (на носочках)  
-Идем сквозь кусты (на полусогнутых ногах)  
-Бежим вдоль реки (бег)  
-Ребята , дальше обрыв ,нам надо аккуратно боком пройти этот путь (приставной шаг)  
-Впереди большие камни, перешагиваем их (ходьба с высоко поднятыми коленями)  
-Еще не много осталось (шаг)  
-Ребята впереди туман. Давайте его раздуем (дуем)  
  
  
  
  
  
Воспитатель:-Мы пришли на полянку. Давайте наберемся сил перед испытаниями, и сделаем зарядку.  
Встали в круг.  
1.И.п.- основная стойка, руки внизу. Руки вытянуть вперед, поднять вверх. Руки вытянуть вперед, вернуться в и.п.  
2.И.п.-ноги на ширине плеч, руки на поясе. Повернуть туловище вправо, вернуться в и.п., повернуть туловище влево, вернуться в и.п.  
3.И.п.-основная стойка, руки на поясе. Присесть, вытянуть руки вперед, вернуться в и.п.  
4.И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклоны вправо, вернуться в и.п., наклоны влево, вернуться в и.п.  
5.И.п.-основная стойка, руки на поясе, прыжки на месте.  
6.И.п.- сесть, ноги врозь, руки в стороны – наклониться вперед, левой рукой коснуться носка правой ноги.  
7.И.п.-лечь на спину,1- поднять ноги вперед, 2- и.п  
  
  
  
  
  
  
  
  
Воспитатель:- Молодцы ,мы набрались сил, и теперь можем продолжать наше путешествие в страну «Неболейка»  
Воспитатель:-Ребята, смотрите впереди дорожка , которая нас ведет в страну « Неболейка».Нам надо пройти по этой дорожке здоровья.(ходьба по дорожке здоровья).  
  
  
  
  
  
Воспитатель:-Молодцы ребята, первое испытание Мы с вами прошли. Продолжаем путь дальше.  
-Ребята, мы зашли в густой лес. Ветки деревьев висят так низко, что нам придется ползти, не задевая веток. (ползание под дугой)   
  
  
  
  
  
Воспитатель:-Молодцы, второе испытание мы тоже прошли. Идем дальше?  
Дети:-Да.  
Воспитатель:-Впереди смотрите болото. Чтобы его пройти , нам надо перепрыгивать по кочкам. (прыжки из обруча в обруч)  
  
  
  
  
  
Воспитатель:-Какие вы молодцы, и третье испытание прошли без проблем. Идем дальше!  
-Смотрите, впереди узкий мостик, нам надо пройти, чтобы не упасть. (ходьба по гимнастической скамейке)  
  
  
  
  
  
  
Воспитатель:-Ребята, вы большие молодцы. Посмотрите, мы вышли на полянку. Наверное нам надо отдохнуть. Все ложитесь на пол и закрывайте глаза. Расслабьте все свои мышцы. Слушайте как поют птички, шумит вода в реке, как шумят деревья. (релаксация)  
  
  
  
  
  
  
  
  
Воспитатель:-Отдохнули? Пора продолжать наше путешествие. Ой, ребята , смотрите, что это?  
Дети: Это цветок.  
  
  
  
Воспитатель:-Значит мы с вами со своей поставленной задачей справились? Цветок нашли?  
Дети:-Да.  
Воспитатель:- Мы обязательно передадим цветок через почтальона Мише. И передадим послание Мише, чтобы он придерживаться здорового образа жизни.  
Ребята ,вам понравилось наше путешествие? Вы не устали?  
Дети:-Да, очень понравилось. Мы не капельки не устали. Потому что мы придерживаемся здорового образа жизни.  
Воспитатель:-Ребята, к сожалению нам пора возвращаться из нашего чудесного путешествия в детский сад. За направляющим шагом марш в группу.