**«Дорожка здоровья» Конспект открытого физкультурного занятия в средней группе**

-Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, сохраняя правильную осанку и равновесие.

- В ходьбе по **дорожке***«****здоровья****»* с целью профилактики плоскостопия. - Развивать коммуникативные качества, умение преодолевать барьеры в общении, ловкость и смелость.

- Воспитывать осознанное отношение к своему **здоровью**, способствовать формированию положительных эмоций.

- Укреплять **здоровье детей**.

Оборудование: **дорожка***«****здоровья****»*, гимнастическая скамейка, мешочки с природным наполнителем, магнитофон, фонограмма песен Шаинского *«Вместе весело шагать»*, мягкие модули.

Ход ЗАНЯТИЯ:

Инструктор: Здравствуйте ребята! А на какое слово похоже слово *«Здравствуй!»*

Инструктор: Правильно, дети, слово здравствуй, похоже на слово

*«****Здоровье****»*. Когда люди **здороваются**, они желают друг другу **здоровья**. Давайте и мы **поздороваемся с гостями**, которые сегодня присутствуют у нас на **занятии**.

Поприветствуйте гостей и подарите им свои улыбки.

ПРОВОДИТСЯ КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА *«ЗДРАВСТВУЙ»*.

Дети встают в круг и поочередно говорят фразу, называя имя ребенка, которому передают мячик: *«Здравствуй, Маша!»*

Воспитатель: Ребята, а что же нужно делать, чтобы не болеть.

*(ответы детей)*ЗАКАЛЯТЬСЯ, ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ,ЗАНИМАТЬСЯ **ФИЗКУЛЬТУРОЙ**.

Сегодня, мы с вами отправимся в путешествие по **дорожке***«****здоровья****»*. Каждая **дорожка** подарит вам капельку **здоровья**.

Под фонограмму песни В. Шаинского *«Вместе весело шагать»*

Дети идут в колонне по-одному. *«Великаны – гномы»*

Ходьба на высоких носках, пятках, внешних сводах стопы с разными положениями для рук, с высоко поднятыми коленями. подходят к **дорожкам***«****здоровья****»*.

Что за чудо-чудеса!

Вот **дорожки на пути**

Все **дорожки не простые**.

Разноцветные такие.

По **дорожкам кто пойдёт**.

Тот **здоровье там найдет**.

Инструктор: Кто по зеленой **дорожке пойдет**, тот от плоскостопия уйдет. Где у нас зеленая **дорожка**?

Ходьба по мешочкам с природным наполнителем, массажным коврикам.

Инструктор: А кто по красной **дорожке пойдет**, тот равновесие, осанку найдет.

Ходьба по гимнастической скамейке.

Инструктор: Кто по желтой **дорожке пойдет**, тот силу и ловкость найдет - прыжки через гимнастические палки.

Инструктор: А по голубой **дорожке катится мяч**, весёлый и звонкий, он хочет играть.

Игра с мячом *«Полезно - неполезно»*.

(дети стоят по кругу, воспитатель - в середине круга бросает каждому ребенку мяч)

Инструктор: Ну а сейчас мы с вами немного отдохнем и отправимся домой.

ПРОВОДИТСЯ РЕЛАКСАЦИЯ *«ОСАНКА»* под медленную спокойную музыку:

Хватит спинушку тянуть,

Надо лечь и отдохнуть.

Ну-ка, правильно лежим?

Мы на это поглядим!

Лежат ровно пяточки,

Плечики, лопаточки.

Спинка ровная, прямая,

А могла бы быть кривая!

Хорошо вам отдыхать,

Но пора уже вставать!

Все присели, потянулись,

Встали, дружно улыбнулись.

Инструктор: Вот и закончилось наше **занятие**, ребята что же нужно делать, чтобы не болеть и чувствовать себя всегда хорошо?

Дети: Чтобы не болеть, надо закаляться и спортом заниматься, а ещё надо улыбаться и быть весёлыми.

Инструктор: Гуляй на воздухе. Дружи с водой, купайся, обтирайся.

Зимой и летом **физкультурой занимайся**!

Закаляйся, детвора, в добрый час - **физкульт-**

ДЕТИ: УРА!