**Сюжетное занятие в средней группе «Мы-туристы»**

Задачи:

1. Продолжать приучать к выполнению действий по сигналу.

2. Упражнять в перестроении в три колоны.

3. Продолжать формировать умение сохранять равновесие в ходьбе по наклонной гимнастической скамейке.

4. Упражнять в подлезании под дугу.

5. Совершенствовать навыки легкого бега в игре *«У медведя во бору»*.

Ход НОД.

I. Ходьба по площадке с различными движениями рук, на носках, на пятках, на внешней стороне ступни, ходьба, медленный бег, перестроение в три колонны.

II. 1) ОРУ.

a. *«Наденем рюкзак»* - круговые движения руками;

И. п.: основная стойка, руки согнуты к плечам. 1-4 - круговые движения вперед; пауза, затем на 5-8 повторить круговые движения вперед.

b. *«Наблюдение за погодой»* - повороты вправо и влево;

И. п.: ноги врозь, руки согнуты к плечам. 1— поворот туловища вправо, руки в стороны; 2— вернуться в исходное положение. То же в другую сторону.

c. *«Соберем ветки для костра»* - наклоны;

И. п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. 1— руки в стороны; 2— наклон к правой *(левой)* ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3— выпрямиться, руки в стороны; 4— вернуться в исходное положение

d. *«Завяжем шнурки»* - наклоны сидя;

И. п. -сидя, ноги врозь, руки на пояс, руки в стороны, наклон вперед, коснуться пальцами рук носков ног. Выпрямиться, руки в стороны, вернуться в исходное положение

e. *«С кочки на кочку»* - прыжки;

И. п. - стойка ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища произвольно. Прыжки на двух ногах на месте под счет воспитателя или удары в бубен. После серии прыжков ходьба на месте

2) Основные движения:

Ходьба приставным шагом по наклонной гимнастической скамейке.

Подлезание под дугой.

3) Подвижная игра *«У медведя во бору»*

III. М п/и «Кто кричит *«Ау!»* Ходьба и упражнения на восстановление дыхания.