

## **«Прогулка в осенний лес». Комплексное занятие для детей младшей группы с использованием дыхательной гимнастики**

(комплексное занятие для детей младшей группы с использованием дыхательной гимнастики)

**Цели:** 1. Укрепление психического и физического здоровья;  
2. Формирование привычки правильного дыхания.

**Задачи:**

1. Развивать музыкальные и творческие способности дошкольников, используя здоровьесберегающие технологии;
2. Совершенствовать навыки основных движений, умение выразительно имитировать движения знакомых персонажей;
3. Улучшать качество исполнения танцевальных движений с предметами (с листочками) и без предметов, по показу взрослого;
5. закрепить знания о характерных особенностях осени (оппадают листья, листья меняют окраску, льют дожди и т. д.) ;
6. Формировать положительное отношение ребенка к окружающему миру.

Ход:

*Под любую осеннюю песенку дети входят в зал, украшенный в стиле осеннего леса.*

**Воспитатель:** Ребята, мы попали в осенний лес. Посмотрите, как красиво вокруг!

Если осень, каждый знает,

В небе листики гуляют,

Цветом листья разные:

Желтые и красные. (А. Пилатов)

*Воспитатель вместе с детьми рассматривает листья, обращая внимание на их цвет и форму.*

**Звучит музыка шума ветра.**

Воспитатель: Ребята, слышите, подул сильный ветер? И листочки на деревьях зашелестели: «Ш-ш-ш». Давайте пошелестим вместе с листочками: сначала тихонечко – «Ш-ш-ш», а теперь сильнее – «Ш-ш-ш».

В ручки листики возьмем,

С ними спляшем и споем.

Танец с листочками «Осень» (И. Кишко)

Дует, дует ветер, *(Идут стайкой, качают листочками.)*

Дует, задувает,

Желтые листочки *(Приседают, имитируя падение листочков.)*

С дерева срывает.

И летят листочки, *(Кружатся.)*

Кружат по дорожке,

Падают листочки *(Приседают, имитируя падение листочков.)*

Прямо нам под ножки. *(В конце танца прячутся за листочки.)*

Воспитатель: Где же наши детки? Деток нет, только осенние листочки...

Как подует ветерок, -

Улетай скорей листок! *(Воспитатель дует на листики, дети убегают на стульчики.)*

Воспитатель: Гуляли мы с детками по лесу, гуляли и вышли на опушку... А там березка растет. (Выносит в центр макет березки с подвешанными на ниточках желтыми листочками)

### **Дыхательное упражнение «Ветерок» на развитие длительного выдоха**

Воспитатель предлагает детям превратиться в маленькие ветерочки и подуть на листочки. Дети подходят к березке, дуют на листики (*вдох носом, выдох через рот, шумный с вытянутыми в трубочку губами*)

Воспитатель: А теперь узнаем кто живет в нашем лесу

### **Динамическое упражнение «Лесная разминка»**

На осеннюю полянку

Птички прилетали.

Птички прилетали,

Крыльями махали (*бегают на носочках, машут» крыльями*)

На осеннюю полянку

Подошла лисичка.

Покружилась на носочках

Рыжая сестричка. (*кружатся*)

На осеннюю полянку вышел

Бурый мишка.

Стал ногами топотать,

Мишка-шалунишка. (*идут вразвалочку*)

На осеннюю полянку

Детки прибежали,

Громко хлопать стали (*хлопают в ладошки*)

На осеннюю полянку

Зайки прискакали,

Высоко-высоко

Зайки прыгать стали (*Прыгают*)

**В конце разминки воспитатель одевает на руку перчатку-зайку**

Зайка: Я тоже с вами танцевал,

Но уж очень я устал.

Воспитатель: Жарко зайке в теплой шубке, давайте, ребятки, подуем на зайку?

Носиком вдыхаем,

Громко выдыхаем.

Зайка: Вот спасибо, ребятки! Прохладно стало. Давайте поиграем?

### **Пальчиковая гимнастика «Скачет зайка»**

Скачет зайка маленький,

Около завалинки. (*прыгают на носочках*)

Быстро скачет зайка.

Ты его поймай ка. (*обнимают себя*)

Мчится без оглядки (*хлопают в ладоши*)

Лишь сверкают пятки. (*ударяют кулачками друг о друга*)

Мчится что есть духу, (*хлопают в ладоши*)

Хвост короче уха. (*ударяют кулачками*)

Живо угадайка:

Кто же это? -

Зайка. *(показывают ушки)*

Воспитатель: Ребята, порадовал вас зайка?

Дети: Да!

Воспитатель: Давайте поблагодарим зайку и нарисуем для него много-много осенних листьев?

**Рисование коллективной картины**

Зайка: Какая прекрасная картина получилась! Можно мне забрать ее с собой, показать зверушкам лесным?

Воспитатель: Конечно, зайчик! Приходи к нам еще. И нам пора возвращаться в группу. До свидания!