Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад г. Фатежа «Золотой ключик»

Фатежского района Курской области

**Открытое занятие**

**«Путешествие в страну Дыхания»**

**для детей среднего возраста**

**с использованием нестандартного оборудования**

Инструктор по физической культуре

Клименко О.В.

г.Фатеж

2020 г.

**Цель:**

***Цель:*** совершенствование навыков правильного физиологического дыхания.

**Задачи:**

* активизировать двигательную активность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений
* закрепить знания о правильном дыхании.
* воспитывать любовь к физической культуре.
* развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах.

**Оборудование:** 2 стола, картинка с изображением носиков с микробами, кубы, тазик с водой, кораблики, музыкальное сопровождение.

**Нестандартное оборудование:** снежинки, карточки для дыхания, пчёлки и цветочки.

**ХОД МЕРОПРИЯТИЯ:**

Дети выходят под марш и строятся в спортивном зале.

**Инструктор:**

Внимание, внимание!  
Спешу вам сообщить  
Сегодня в путешествие  
Хочу вас пригласить!!

В страну «Дыхания»

*(обращаясь к детям)*. Хотите побывать в этой стране? Путешествие наше долгое, и для начала мы должны размяться.

**Разминка**

**ОВД без предметов** (весёлая минусовка)

(после разминки выполняется дыхательное упражнение **«Надуй шарик»)**

**Инструктор:**

Ребята, а на чем мы отправимся в путешествие? (варианты детей, рассуждения)

Подсказка: надували шарик.

А отправимся мы на воздушном шаре.

*Глаза закройте, обернитесь,*

*На воздушном шаре очутись.*

Вот мы и очутились в стране «Дыхания». Эта страна большая, и состоит она из островов, на которых мы с вами побываем.

***1…..Первая остановка остров «Носики»***

Ребята как вы думаете для чего нужен нос?

А что происходит в носу с воздухом?

*Воздух в носу согревается, увлажняется, очищается от пыли и микробов, поэтому на прогулке надо дышать носом, а не ртом. Нос – наш защитник от пыли и микробов, потому что в носу находятся маленькие волоски, которые не пропускают в организм пылинки.*

**Комплекс дыхательных упражнений**

1. «Мы растем»

    И.П. – о.с. – поднимаем руки вверх – вдох, опускаем – выдох.

2. «Ежик»

     И.П. – руки на поясе, ноги на ширине плеч,

     повороты головы вправо, влево – шумный вдох, выдох произвольный.

3. «Ладошки»

     И.П. – о.с. – руки согнуты в локтях, ладони от себя, короткие шумные  вдохи носом с одновременным  сжиманием ладоней в кулачки.

Молодцы, полетели дальше.

***2…Вторая остановка – «Снежный остров».***

На нашем пути высокие снежные сугробы, мы должны их перешагнуть, а в конце подуть на снежинки, чтобы освободить нам путь. (прикреплены в конце препятствий на ниточках)

Вот, мы покинули снежный остров, оправляемся дальше.

***3….Третья остановка «Кораблики»***

Но, чтобы попасть на другой остров нам придётся плыть на корабле. Ваша задача, по очереди подбежать к тазику и дунуть на бумажный кораблик, чтобы он немного продвинулся, затем следующий.

Вот мы все приплыли на следующий остров.

***4….Четвёртая остров «Загадочный»***

На этом острове мы с вами посоревнуемся. Давайте сделаем 2 команды. По сигналу вы должны подбежать к своему столику и подуть на картинку. И отгадать, кто в домике живёт. (нестандартное оборудование: картинка с изображением животного, спрятанного за полосочками)

Молодцы ребята, обе команды справились с заданием.

Ну что, отправляемся дальше на нашем воздушном шаре. А вот и остров игровой. Вы любите играть?

***5..Пятый остров «Игровой»***

**Игра «Пчёлки»**

(нестандартное оборудование: пчёлки на ниточках и бумажные цветы.)

Ребята, мы с вами будем изображать пчёлок. Как жужжат пчёлки? Правильно. Мы будем бегать с нашими пчёлками, жужжать, а по сигналу, каждая пчёлка должна успеть сесть на цветочек. Будьте внимательными, на всех пчёлок цветочков не хватит. (3-4 раза).

Маленькие путешественники, вам понравилось наше путешествие? Мне с вами, тоже было интересно. Но нам пора возвращаться.

*Глаза закройте, обернитесь*

*В садик наш скорей вернись.*

Вот мы с вами и вернусь в наш сад.

Вы большие молодцы, справились со всеми заданиями. Давайте с вами вспомним, на каких мы побывали островах. На чём передвигались? Как нужно правильно дышать?

Спасибо вам ребята, а на память о нашем путешествии, я хочу вам подарить дидактическую игру для дыхательной гимнастики в группе «Угадай, чей домик». До свидания! Будьте здоровы!