**Интегрированное занятие**

**«Поможем ёжику найти друга»**

*Цели:* формировать у детей здоровый образ жизни, в игровой форме развивать ловкость, быстроту, силу. Продолжать работу по формированию правильной осанки и профилактики плоскостопия.

*Задачи:*

- развивать ловкость и быстроту во время игры «зайки на лужайке»;

- закрепить технику выполнения игрового массажа «Игра с шишками».

- развивать интерес к сказкам, умение сопереживать им, приходить на помощь, формировать навыки сотрудничества детей друг с другом.

*Оборудование:* Обручи, игрушка — ёжик, гимнастическая скамейка, дуга, музыкальное сопровождение, пенёк, шапочки «ушки зайчиков» к игре.

*Ход НОД:*

**Вводная часть** *4мин*

Приветствие гостей.

Дети, посмотрите сколько у нас сегодня гостей, давайте их поприветствуем.

- Физкульт - привет!

*воспитатель:* Ребята к нам в детский сад, прилетела из леса сорока белобока и принесла телеграмму от ёжика. Давайте посмотрим, что же здесь написано (открывает).

Ёжик сообщает, что он потерял своего друга зайца Кроша, когда они гуляли вместе. Ёж искал Кроша, но не смог найти. И просит у вас помощи. Ну что ребята давайте поможем Ёжику отыскать своего друга. Искать мы его будем в весеннем лесу. Чтобы наше путешествие было безопасным, интересным, в путешествии будьте внимательными, осторожными, помогайте друг другу и соблюдайте технику безопасности.

Нужно собраться с силами и разогреть наши мышцы.

На разминку становись!

Перестроение в круг.

Проверим осанку. Поставили пятки вместе, носочки врозь, спина прямая, голова смотрит вперед. Шагом марш! Маршируем на месте (Звучит музыка)

1. Сейчас поставим руки на пояс, поднимемся высоко на носочки.

2. Пойдем пяточках, руки спрятаны за спину, спинку держим прямо, носики держим вверх.

3. Ветерок усилил, и мы начинаем бежать быстрей;

4. Ветер становится тише, и мы переходим на шаг;

5. Ветки на деревьях склонились так низко на тропинку, что придётся идти в приседе;

6. А вот дорога стала шире и светлей, можно весело пробежаться, захлёстывая голень назад.

7. Шагом марш.

Ребята, давайте представим, что это листья переливаются под лучами солнца и становятся разноцветными, (врассыпную по всему залу упражнение на восстановление дыхания).

*воспитатель:* Ребята незаметно мы с вами из детского сада подошли к лесу.

Чтобы быть сильными, ловкими и преодолеть все препятствия, давайте выполним с вами следующие упражнения:

**Комплекс общеразвивающих упражнений** *6мин*

1) **«Глазки»** (кинезиологическое упражнение). И.п. - о.с. «Глазки влево, глазки вправо, вверх и вниз, и все сначала» (4 раз).

2) **«Помашем ручками!»** И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны. 1 - руки к плечам; 2 - и.п. (6раз).

3) **«Вырастем большие!»** И.п. - о.с. 1 - правая нога назад на носок, потянуться; 2 - и.п.; 3 - левая нога назад на носок, потянуться; 4 - и.п. (6 раз).

4) **«Спиралька».** И.п. - сидя, ноги скрестно ***(поза лотоса),***руки на пояс. 1 - поворот туловища вправо; 2 - и.п.; 3 - поворот туловища влево; 4 - и.п. (6 раз).

5) **«Попрыгаем на одной ноге!».** И.п. - руки на пояс. 1-4- прыжки на правой ноге; 5-6 – прыжков на левой ноге (в чередовании с ходьбой) (2-3 раза).

6) **«Часики»** (дыхательное упражнение). «Часики вперед идут, за собою нас ведут». И.п. — стоя, ноги слегка расставлены. 1 - взмах руками вперед - «тик» (вдох); 2 -взмах руками назад - «так» (выдох) (2 раза).

Упражнения мы с вами выполнили, вы стали сильными, ловкими. А зайчонка никто не видел, нигде он вам не встречался? (Ответы детей). Ну тогда идем дальше в лес. Видно много препятствий нам придется преодолеть.

**Основная часть** *14мин*

*воспитатель:* В лесу много веток, паутин, коряг, поэтому мы с вами поползем на **четвереньках по «упавшему дереву» (гимнастической скамейке**) и будем внимательно смотреть по сторонам, искать Кроша. Осторожно ребята впереди **«коряга» (дуга, подлезем под нее,** посмотрим там Кроша).

*воспитатель:* Ну что ни кто не видел зайчонка? (Ответ детей). Идем дальше вперед. Впереди «ямки», перепрыгнем через них (прыжки с места в обруч). А здесь «кочки», пробираемся по ним **(прыжки на двух ногах на батуте).**

Ой, ребята, а в дали посмотрите какой пенек стоит необыкновенный, большой, мы там не искали? Давайте посмотрим, может там наш зайчишка сидит (заглядывают, там сидит игрушка — зайчонок). Вот ты где зайчишка, мы тебя так долго искали, я думаю ты очень любишь играть, а ребята наши тоже любят играть в разные забавные игры, давай вместе с ребятами поиграем в игру **П/и «Зайчики»** *(4раза)*

По лесной лужайке разбежались зайки (зайки резвятся)

Вот какие зайки, зайки побегайки

Сели зайчики в кружок роют лапкой корешок (имтируют движения)

Вот какие зайки, зайки побегайки

Вдруг бежит лисичка, рыжая сестричка

Ищет где же зайки, зайки побегайки

Убегайте зайки, зайки побегайки.

**Заключительная часть** *3-4мин*

1. Сюрприз (в зале появляется мешок с сюрпризом).

-Ребята, что это?

-Как вы думаете, откуда он взялся?

-Давайте посмотрим, что в нем.

- Мы с вами должны быть здоровы и нам подарили прищепки, давайте сделаем с ними массаж.

- Встали в круг.

**2. Игровой массаж с прищепками «Гусь»  
Гусь крикливый,  
С длинным носом,  
Шея словно знак вопроса.  
Гусь идет гулять в луга  
И гогочет: «Га-га-га».  
(Бельевой прищепкой дети прищепляют ногтевые фаланги пальцев правой, а затем левой руки на каждый ударный слог - от большого пальца к мизинцу).**

3. Построение в шеренгу.

- Сегодня мы с вами по просьбе Ёжика помогли отыскать друга зайца - Кроша. Играли в игры в весеннем лесу. Учились бегать, прыгать, шагать. Все ребята были молодцы! На этом наше занятие окончено. Направо! Из зала шагом марш!