|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

|  |  |
| --- | --- |
| Занятие в средней группе по физической культуре «Путешествие в зимний лес» |    |

 **Программные задачи:***Образовательная область «Здоровье»*- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;- продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма.*Образовательная область «Физическая культура»*- учить детей пролезать в обруч- упражнять в прыжках через линии, легко, приземляясь на носки- упражнять в ходьбе по шнуру, развивая равновесие- способствовать формированию правильной осанки, предупреждению плоскостопия- развивать физические качества детей: ловкость, быстроту, выносливость.*Образовательная область «Познание»*- обогащать знания детей о зиме.- воспитывать любовь к зимней природе.*Образовательная область «Музыка»*- учить выразительно, согласованно и ритмично выполнять упражнения под музыку-развивать умение чувствовать характер музыки.Образовательная область «Коммуникация»- пополнять и активизировать словарь детейОбразовательная область «Художественная литература»- продолжать приучать детей слушать стихиОбразовательная область «Безопасность»- формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх.**Оборудование**: 2 обруча на подставке, длинный шнур 2, 5 м, 6 коротких шнурков, снежинка на каждого ребенка.**Словарная работа**: снежная, морозная, холодная**Литература:**1.Картушина М.Ю. Конспекты логоритмических занятий с детьми 6-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2008.2. Алябьева Е.А. «Тематические дни и недели в детском саду»- М.: ТЦ Сфера, 20052. DVD «Веселые танцы от 3-х до 8-ми»**Ход НОД** (На стене панно зимнего леса, закрыта шторой.)- Здравствуй, ребята!«Снег просыпала зимаНа деревья, на дома.Снег искристый,Снег пушистый –На дворе бело и чисто» (А. Лойко)- Вы любите зиму?- А почему все любят зиму?- А как выглядит земля зимой?- Какой лес стоит зимой?- А вы хотите попасть в зимний лес?- Давайте оденемся и отправимся в зимний лес (имитация одевания).1 часть.Дети по лесу гуляли, за природой наблюдали – ходьба друг за другом (слайд леса).Вот березка стоит, на ребят она глядит - ходьба на носках, руки вверх (слайд березового леса зимой).Тут медведь в берлоге спит, очень сильно он храпит – ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе (слайд медведя в берлоге)Через сугробы мы шагаем, выше ноги поднимаем – ходьба с высоким поднимание колен (слайд с сугробами).Дети в сугробе тропку протоптали – ходьба приставным шагом вправо, влево (слайд с тропинками в лесу).Я зимы не боюсь, очень быстро пробегусь – бег в колонне друг за другом (слайд зимнего леса).Мы на лыжи дружно встали, и быстрее побежали – имитация ходьбы на лыжах (слайд лыжников).По дороге зимней, гладкой побежали, как лошадки – бег с высоким подниманием бедра (слайд с лошадкой).Ходьба друг за другом - вот мы шли, шли и в зимней лес пришли (слайд зимнего леса).2 часть.Открываются шторы и дети видят панно зимнего леса.Вот мы и в зимнем лесу. Смотрите какая зимняя полянка, давайте на ней сделаем нашу «разогревалочку», чтобы не замерзнуть в зимнем лесу.Дети выполняют упражнения под музыку В. Казаченко «Метелица».Маршируют на месте.Руки к плечам, вверх, в стороны. До конца куплета.Хлопки снизу-вверх - вниз. Рисуя полукруг. 4 р.Повороты вокруг себя вправо-влево 2р.Наклоны в стороны. До конца куплета.http://tmndetsady.ru/upload/news/2014/01/orig_49229ec561203984802df3c1261bcae4.jpg    Хлопки снизу-вверх - вниз. Рисуя полукруг. 4 р.Пружинки. Руки в стороны, руки вперед.Хлопки снизу-вверх - вниз. Рисуя полукруг. 4 р.Прыжки, ноги врозь - вместе.Руки к плечам, вверх, в стороны.Дети рассматривают зимний лес, обращают внимание, какие стоят деревья, елки.Каких животных они видят в лесу, почему заяц белый зимой.Воспитатель расставляет оборудование.ОВД.1. Пролезание в обруч правым и левым боком. 2 раза

http://tmndetsady.ru/upload/news/2014/01/orig_751aec0ccc2e1699df154eb751c8fd03.jpg1. Прыжки через 5 шнуров, 40 см друг от друга. 2 раза

http://tmndetsady.ru/upload/news/2014/01/orig_fb9f0e7f0ea88a864434cea6997a7d56.jpg1. Ходьба по шнуру, положенному прямо пятка к носку. 2 раза.

http://tmndetsady.ru/upload/news/2014/01/orig_6f8e838ec2a7ac78377537973624bea8.jpgВопросы к детямКакая бывает зима? (снег - снежная, холод – холодная, вьюга – вьюжная…)*Подвижная игра* «Снежинки и ветер» под музыку П.Глинки «Итальянская полька». Слайд снежинок с музыкой.А теперь в снежки играем и в друг друга их бросаем.Игра «Снежки», дети бросают друг в друга снежки (слайд, как дети играют в снежки).На окне приготовлен сюрприз для детей (к окну прикрепить из бумаги желобок, нарезать туда блесток, к желобку прикрепить нитку, если потянуть за нитку, то посыпятся блестки).Ребята, смотрите, сколько снежинок к нам прилетело после нашей вьюги. Потянуть за веревочку, блестки сыпятся и дети находят снежинки.Выполняют с ними *гимнастику для глаз*.http://tmndetsady.ru/upload/news/2014/01/orig_45f8f4c20b4701e4be92ef70b858e08e.jpgБелый пух, снежный пух,Все-все-все в пуху вокруг.Пух на шапках,           поднимать снежинки вверх – вниз, следить глазами.Пух на шубках,Пух на бровках,         вправо – влево, следить глазами.Пух на губках.Как щекотно - ух!Кто щекочет – пух!Предложить детям укрыть снежинками, стоящие в лесу елки.Ох, как после снега наши руки замерзли, давайте их согреем!*Пальчиковая гимнастика* «Согреем руки»Снег руками собирали,       энергично сжимают и разжимают пальцы рукНаши пальчики замерзали.Мы их будем растирать,Мы их будем согревать,        энергично потирают ладонь о ладоньЧтобы стали горячее,Энергично растирать.           Делают массирующие движения пальцамиВот и побывали мы в зимнем лесу, увидели какой он зимний лес. А теперь нам пора домой.Дети зажмуривают глаза и произносят слова: «1,2,3,4,5 – дома будем мы опять.- как дома тепло, давайте разденемся.- и вспомним, что понравилось?- а что вам было трудно выполнять? |

Интернет-издание «Детские сады Тюменской области» разрабатывается при поддержке Департамента образования и науки Тюменской обл

|  |
| --- |
| Физкультурное занятие с детьми 2 младшей группы «Воробьиный переполох» |

**Задачи:**

*Образовательные:* Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, мягко приземляясь на полусогнутые ноги,  бегать врассыпную, по кругу; подлазить под дугу боком, не касаясь пола; выполнять упражнения на гимнастической скамейке.

*Развивающие:* развивать ловкость, выносливость.

*Воспитательные:* воспитывать интерес к занятиям по физической культуре, чувство взаимопомощи,  доброжелательное отношение к птицам.

Оборудование: гимнастические скамейки, дуга, маска-шапочка воробья, индивидуальные маски, обручи, маска кота, воробьиные следы, жёлтые и зелёные шары небольшого диаметра.

**I часть**

(Фонограмма воробьиного чириканья)

- Ребята, чьи голоса вы слышите?

-  Отгадайте загадку: Маленький мальчишка

                                              В сером армячишке

                                              По двору шныряет,

                                              Крошки собирает. (воробей)

- Сегодня я расскажу вам историю об этих бойких, пронырливых птицах. Покружились, покружились, в воробышек превратились!

- Мама-воробьиха зовёт своих детей,

«Ко мне, мои воробышки, летите поскорей!

Сегодня начинаем учиться мы летать.

Скорей за мной  вставайте, будем начинать!»

(лёгкий бег с разным темпом)

**Пальчиковая гимнастика**

Ты малыш, воробей, (соединяем и раскрываем несколько раз   большой и указательный пальцы, остальные сжаты)
На морозе не робей. (потереть ладони)
По кормушке клювом бей, (стучим указательным пальцем по ладони)
Наедайся поскорей! (ладони крест-накрест, поднимают над головой,  помахивая)



- А сейчас, всем для порядка -  воробьиная зарядка!

**II часть**ОРУ под музыку

* «Расправляем крылья»

 И.п.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

1–2 - руки через стороны поднять вверх, 3-4 - опустить, помахивая кистями

* «Разминаем плечи»

И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе.

1 - поднять плечи вверх, 2- опустить, 3-4 - повторить

* «Чистим крылышки»

И.п.:  ноги расставлены широко, руки опущены вдоль туловища.

1 – наклон вправо, правая рука скользит вдоль правой ноги, левая рука скользит вверх; 2 – и.п.; 3 - наклон влево; 4 – и.п.

-Пёрышки почистим, чтобы были чище!

Вот так, вот так, чтобы были чище!

* «умываемся»

И.п.: ноги расставлены широко, руки на поясе.

1 – вдох, 2 -3 - пружинистые наклоны вперёд с выдохом: «чик-чирик», 4 – и.п.

* «качаемся на ветке»

И.п.: ноги на ширине плеч, руки свободно.

1-2 - перекаты с пятки на носок

* «прячемся»

Было холодно зимой, на юг мы не летали,

От морозов прятались, очень весну ждали!

(Приседания с обхватыванием коленей)

* По двору на ножках весело скакали,

Радовались солнышку, крошечки искали.

(прыжки вперёд-назад, на одной ноге вокруг себя)

**ИГРА «Заморожу»**

(дети прячут ладони за спину при приближении воспитателя)

- А почему воробьи зимой стараются жить возле людей?

Люди  любят нас с тобой,

Люди  кормят нас зимой.

**III часть. Основные упражнения**

1. - Полетели воробышки искать зёрнышки (змейкой вокруг  воробьиных следов, по кругу, врассыпную)

Вот  летали птички, птички-невелички.

Воробьи летали, крыльями махали!

Н а дворе сели, зёрнышки поели:

Дети: Клю (3 раза), как я зёрнышки люблю! (стучат пальцами по полу)

- Появился Васька – кот, улетаем от ворот!

Дети запрыгивают на скамейку - «веточку», мягкое спрыгивание со скамейки.

(Обратить внимание на то, чтобы дети ровняли носки по краю скамейки, спрыгивали мягко, приземляясь на полусогнутые ноги. Выполнять фронтально 3-4 раза.)



**2.** - Чтобы крошки найти, приходится  трудности пройти.

* Прыжки на двух ногах через обручи
* Передвижение по скамейке, подтягивая колени
* Пролезание боком под гимн. палкой, не касаясь пола
* Прохождение по массажному коврику
* Передвижение по скамейке сидя, ноги врозь, отталкиваясь ногами

- Никто не отстал, не заблудился? Воробышки любят стайкой летать, дружно.

- Вот и прилетели мы во двор, где полно корма.



**ИГРА «Собери зёрнышки»**

 (Воспитатель рассыпает жёлтые и зелёные шары.

- 1-2-3, зёрна быстро собери!

Мальчики собирают  жёлтые, девочки – зелёные шары)

**III Заключительная часть.**

**Релаксация под фонограмму «Звуки природы»**

- Славно потрудились, воробьи – малыши,

Растите большими, будьте крепыши!

- Полетали, покружились, в ребят снова превратились.

А я для вас припасла вкусное угощение.

**План - конспект** непосредственно образовательной деятельности ОО "Физическое развитие" с детьми**подготовительной к школе группы**.

**Тема недели:** "Я в мире человек" "Друзей имею много я, они со мной везде, всегда"
 **Интеграция образовательных областей:**"Физическое развитие", "Социально-коммуникативное развитие"

**Задачи:**
1.Физическое развитие:
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; выполнять упражнения в паре ритмично в указанном темпе.
- Закреплять умение участвовать в играх с элементами соревнований, способствующих развитию физических качеств: быстроты, выносливости, ловкости.
- Упражнять в перебрасывании мяча друг другу произвольным способом.
- Повторить упражнения на равновесие и в прыжках.

2. Социально-коммуникативное развитие:
- Развивать общение и взаимодействие ребенка со взрослыми и сверстниками.
- Развивать эмоциональную отзывчивость, сопереживание.
-Формировать готовность к совместной деятельности со сверстниками.
- Воспитывать умение действовать в команде, выполняя правила игры и справедливо оценивать результаты игры

**Методы и приёмы:** Практические: О.Д., ходьба и бег; ОРУ в паре; коммуникативная игра "Лучший друг"; пальчиковая гимнастика "Дружба"; игра-эстафета "Перемени предмет" Наглядные: показ двигательных элементов.
Словесные: чтение стихотворения, пословиц о дружбе; напоминания; прямые и косвенные указания к двигательной деятельности; проговаривание текста в коммуникативной игре, во время пальчиковой гимнастики.

**Материалы и оборудование**: музыкальный центр, 2 гимнастические скамейки, 2 мяча, 5 пар обручей, 2 кегли, 2 мешочка, 2 эстафетные палочки, шкатулка, 12 сердечек.