Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 7

присмотра и оздоровления города Тюмени

2012

Спортивно-игровой час в подготовительной группе

**«Будем здоровы под солнцем одним»**

Инструктор по физической культуре: Николаева Лариса Федоровна

**Задачи образовательных областей:**

**Здоровье: Расширять представления о значении двигательной активности в жизни человека.**

**Физическая культура: Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их исполнения.**

**Социализация: Расширять представления детей о своей принадлежности к человеческому сообществу. Развивать интерес к разным странам.**

**Труд**: **Приучать детей убирать физкультурный инвентарь после проведения физкультурных упражнений.**

**Познание: Уточнять представления детей о разнообразии животного мира других стран.**

**Коммуникация: Формировать у детей умение вести диалог.**

**Чтение художественной литературы: Прививать чувство к поэтическому слову.**

**Художественно-эстетическое развитие: Предложить детям выложить «лучи» (выполненные руками детей ) вокруг обруча для создания образа солнца.**

**Музыка: Способствовать развитию навыков выполнения упражнений под музыку.**

Канат (выкладывается в виде географического положения России); флаги стран: Америки, России, Индии, Японии, Австралии. Швеции, Китая; мелкие флаги-символы Швеции, Японии, Австралии; кубок, голубые дорожки (2,5м), мячи, две ленты (по 3м), «лучи» (конусы желтого цвета, сделанные руками детей)-по 2 на человека, обруч желтого цвета, маски драконов, игрушка «Дракон».

**Материалы:**

**Приветствие**

Здравствуйте! Ты скажешь человеку.  
Здравствуй! Улыбнется он в ответ.

И наверно не пойдет в аптеку,

И здоровым будет много лет.

**Ход игрового часа:**

**РАЗМИНКА**

**Инструктор по ФИЗО: - Для чего, ребята, мы приходим в физкультурный зал?**

**Дети: Набираться сил, выполнять физические упражнения, чтобы быть здоровыми, укреплять здоровье и т. д.**

**Инструктор по ФИЗО: - Под ярким солнцем на Земле живет много разных народов. У каждого свои обычаи и правила общения. Какие народы вы знаете?**

**(Ответы детей).**

**Инструктор по ФИЗО: Я приглашаю вас вспомнить разные страны. Давайте дружно скажем слова:**

**Мы дружно шагаем,**

**Мы быстро бежим,**

**Мы будем здоровы под солнцем одним.**

**(Дети выстраиваются в круг).**

**Инструктор по ФИЗО: Посмотрите и вспомните флаги этих стран.**

**    
Давайте поприветствуем друг друга как жители этих стран.**

**Флаги стран помогут вам сориентироваться в путешествии.**

**Россия: Ходьба приставным шагом вправо и влево по канату (осматриваем границы России).**

**Америка: Марш с высоким подниманием колен.**

**Индия: Ходьба на носках со сложенными руками перед грудью.**

** Упражнения с «лучами» под музыку**

**Тема: «Игра солнечных лучей»**

* **Первое упражнение для кистей рук «Лучи здороваются».**
* **Второе упражнение «Танец лучиков» на развитие и укрепление мышц плечевого пояса.**
* **Третье упражнение «Стремительный полет лучей» для развития и укрепления мышц спины.**
* **Четвертое упражнение «Перебежки лучиков» для гибкости позвоночника.**
* **Пятое упражнение «Солнечная гимнастика» для развития и укрепления мышц брюшного пояса и ног.**
* **Шестое упражнение «Веселые прыжки с лучами».**

**Дыхательная гимнастика:**

**Инструктор по ФИЗО: А теперь погреемся в лучах нашего солнца и подышим на его лучи. (Дети по-турецки садятся вокруг обруча)**

1. **«Затуши огонек»;**
2. **«Лучи обжигают пальцы».**

**Инструктор по ФИЗО: Давайте вернем солнцу его лучи, чтобы оно согревало, приветливо встречало и грело всех людей на планете Земля. (Дети складывают лучи к обручу и получается солнце).**

**Дети читают четверостишье:**

**Солнышко, солнышко!**

**Мы твои лучи.**

**Быть людьми хорошими,**

**Ты нас научи.**

**Основные виды движений**

**Инструктор по ФИЗО: Я предлагаю вам разделиться на три команды и выбрать себе страну. Помогут вам в этом флаги стран.**

**(Дети вытягивают из короба флаги-сигналы и делятся самостоятельно на команды).**

**Инструктор по ФИЗО:**

**-В какую страну вы отправились?**

**-Чем славится Япония? (морскими обитателями).**

**-Каких морских жителей вы знаете?**

**Я предлагаю вашей команде показать как движется каракатица.**

**Вам надо пройти на стопах и ладонях вниз спиной по морской дорожке.**

**-А вы, ребята, из какой страны?**

**-Каких животных Австралии вы знаете?**

**-У нас с вами есть интересное движение «Обезьянки». Вы будете выполнять прыжки на двух ногах с поворотом.**

**-У какой из северных стран такой флаг?**

**-Чем интересна ваша страна? ( Много животных, охотников, стрелков).**

**-Сейчас вы превращаетесь в охотников и стрелков. Внимательно смотрите куда полетит мяч, постарайтесь его поймать (Бросание мяча о землю с опорой на сигнальные круги и ловля летящего мяча с разных сторон).**

**Инструктор по ФИЗО: Сейчас мы отправляемся в другую страну.**

**Подвижная игра**

**- Это флаг какой страны ?**

**- Китайцы любят и почитают мифическое животное Дракон. Они делают игрушки-дракончики , устраивают шествие с огромным драконом по улицам города. Я предлагаю поиграть вам в игру «Дракон, поймай свой хвост». Вспомните правила игры и расскажите.**

**Подведение итогов.**

**Инструктор по ФИЗО: Мы побывали в разных странах. Принесите флаги стран.**

**(Инструктор собирает флаги в кубок и ставит в центр солнца)**

**  
  
На планете большой вместе рядом растем,**

**И под солнцем одним в мире, дружбе живем!**