**План-конспект организации двигательной активности**

**на прогулке с элементами спортивного ориентирования**

**для средней группы**

|  |  |
| --- | --- |
| ФИ Студентки Кувалдиной Ольги  Учебная группа: 35  Место проведения:  Прогулочная площадка  Физкультурный инвентарь, пособия:  Письмо, 5 колец бумажных | Оценка:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Преподаватель:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Дата: |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части. Мин. | Содержание | Доз. | Организационно-методические указания |
| 1 часть  1 мин | Обычная ходьба в одну и другую сторону. | 1 мин | Дети заходят на игровую площадку, их догоняет помощник воспитателя и отдает письмо воспитателю, которое принес почтальон Печкин. Ребята, это письмо из города Сочи от Олимпийских талисманов. Открывает конверт и читает детям письмо: ”Здравствуйте дорогие ребята из группы колокольчики. Шлем вам привет из Олимпийского города Сочи! Посылаем вам олимпийские кольца с заданиями, если все их выполните, вырастите здоровыми и сильными. Ваши Олимпийские талисманы Мишка, Заяц и Леопард.“ –Ой, ребята я неаккуратно открыла письмо и все кольца высыпались. Давайте попробуем их отыскать, только с начало надо сделать разминку. Вставайте в круг, шагом марш! В другую сторону. |
| 2 часть | Приседания  Ходьба по линии  Наклоны вперед  Прыжки на одной ноге  Игра: воспитатель показывает положение рук, а дети повторяют за ним. | 5раз  2раза  5 раз  5раз  3 раза | Молодцы, ребята ! Теперь мы готовы к заданиям. Давайте искать колечки. Дети ищут кольца. Приносят первое колечко красного цвета – задание: Выполнить приседания. Молодцы, ищем следующие кольцо. Дети приносят черное кольцо - задание: пройти по прочерченной линии или скакалки. Воспитатель чертит прямую линию, и дети друг за другом проходят по ней. Дети ищут следующие кольцо, приносят кольцо желтого цвета – задание: наклоны вперед. Ищут следующие кольцо, приносят кольцо синего цвета задание: прыжки на одной ноге. Дети ищут последние кольцо зеленого цвета-задание игра повтори за мной. |
| 3 часть | Ходьба обычная | 1мин | Ребята, вы нашли и выполнили все задания. Давайте в заключении походим обычным шагом и отдохнем. Молодцы! |