«Приключение в стране сказок»

Цели:

1.Привлекать детей к совместным подвижным играм;

2.Развивать умение дружить, не ссорясь, уступая друг другу;

3.Воспитывать чувство взаимопомощи.

Задачи:

1.Побуждать детей активно использовать приобретенные двигательные навыки: .бег с высоким подниманием коленей, сменой направления;

2.Способствовать возникновению у детей радостных эмоций от двигательной деятельности на нод по физической культуре.

Оборудование: «Колобок», игрушки: лиса, волк, зайка, медведь, кот, маска кота, маска лисы, 2 дуги, гимнастическая скамейка, тоннель.

Ход НОД:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | Содержание | | Дозировка | | Методические рекомендации |
| 1. | | Вводная часть.  1.Построение.  2.Ходьба:  -на носочках, руки вверх;  - перекат с пятки на носок, руки на поясе.  3.Бег:  - обычный;  -со сменой направления;  -правым (левым) приставным боковым галопом  -«змейкой»  4.Ходьба обычная  5.Дыхательное упражнение «Птичка» | | 30с  1 кр  1кр  2 кр  2 кр  1 кр  2 раза  1 кр  1 кр | | Физинструктор: Сегодня мы отправимся в необычное путешествие в страну сказок. А чтобы нам легче было идти, мы с вами сделаем разминку.  (Дети строятся. Из двери выкатывается Колобок)  Физинструктор: Смотрите, ребята, кто это к нам навстречу катится.  Дети: Это Колобок.  Физинструктор: Из какой он сказки к нам прикатился?  Физинструктор: Ребята, Колобок хочет с вами поиграть и страну сказок показать!  Физинструктор: Согласны вы, друзья мои, посетить страну сказок? (Дети отвечают) Тогда поспешим за ним.  -Катится колобок, а за ним дети идут.  -Катится Колобок, а за ним дети как Лиса бегут  -Катится Колобок, а за ним дети как волк бегут  -Катится Колобок, а за ним дети как зайцы бегут, «запутывают следы»  -Катится Колобок, а за ним дети идут.  -Катится Колобок, а над ним дети как птицы летят (вдох- руки вверх, выдох- руки вниз.) |
| 2. | | Основная часть  1.На пути к сказке (имитация движений).  2. Ору без предметов:   1. «Мышка».   И.п.- ноги на ширине плеч:  1- руки вверх, на носочки;  2- вернуться в и.п.   1. «Лисичка»   И. п.- стоя на коленях, руки на поясе:  1-3- присесть на пятки, руки вперед;  2-4- и. п.   1. «Медведь»   И.п.- сидя, ноги врозь, руки на поясе:  1-3- наклон туловища к правой (левой) ноге;  2-4-и.п.   1. «Лягушка»   И.п.- лежа на животе, руки у плеч:  1- поднять корпус вверх;  2- и.п.   1. «Волк»   И.п. – ноги на ширине плеч, держаться за руки стоящих рядом. Выполнять приседания   1. «Зайчики»   Прыжки вокруг своей оси- на счет 1-8.   1. «Теремок»   Дыхательное упражнение  3.ОД: полоса препятствий.     1. «В гостях у крота» 2. «Пройди - не упади» 3. «Пройди тоннель»   4.Подвижная игра «Кот и мыши» | | | 12 мин  4 раза  5 раз  5-6 раз  5 раз  5-7 раз  2 раза  3 раза  2 раза  2 раза  2 раза  3-4 раза | (Воспитатель выходит в костюме Лисы.)  Лиса: Ам, скушала я вашего Колобка.  Физинструктор: Ах, Лисица, ах, плутовка! Ты зачем нашего Колобка съела, он нам дорогу в страну сказок показывал!  Лиса: Не шумите так! Дорогу я вам покажу в страну сказок.  Через лес пройдете,  Теремок найдете.  В теремке друзья живут,  Они только вас и ждут!  Физинструктор: Спасибо тебе, Лиса. Пойдем вместе с нами в страну сказок!  Лиса: Ждут меняв норе лисята,  Побежала я ребята!(убегает)  Физинструктор:  Стоит в поле теремок,  Он не низок не высок!  В какой мы оказались сказке?  Кто в этом домике живет  Ну-ка скажите без подсказки,  Кто всех героев назовет?  Дети: Герои этой сказки- мышка, лягушка, зайка, лисичка, волк, медведь.  (Дети подражают каждому герою этой сказки)  (Руки поднимаем прямые, спина ровная.)  Руки вверх мы поднимаем  Мышку все изображаем,  Мышку- чемпионку,  Голосистую девчонку!  (Спина прямая, пятки соединить)  Лисичка спину держит,  Как будто жесткий стержень.  Считать не забывает  И плавно приседает.  (колени не сгибать, спину держать ровно)  Косолапый мишка  Лапу поднимает,  Спину держит ровно,  Колени не сгибает!  (Колени не сгибать, спина прямая.)  Как лягушка хороша!  Отжиматься не спеша  Всем советует она,  Ведь осанка так важна.  (Спина прямая, крепко держаться руками друг за друга.)  А это волк- зубами щелк,  Он в приседаньях знает толк.  Раз-два-три-четыре-пять,  Зайцы вышли погулять.  (Вдох-носом, выдох- ртом)  Повидали мы столько героев,  Но пора нам и дальше идти.  Ждут препятствия нас впереди.  Мы должны их достойно пройти.  Пролезание под дугами.  Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки в стороны.  Пройти тоннель  Физинструктор: Препятствие преодолели, молодцы!  Физинструктор: Посмотрите, друзья, кто там прячется?  Да это ж кот Васька! И он хочет с нами поиграть.  Описание игры. Дети сидят на скамейках- это норки мышей. На противоположной стороне зала- кот, роль которого исполняет ребенок. Дети- мышки водят хоровод со словами:  «Мыши водят хоровод,  На скамейке дремлет кот,  Тише мыши не шумите,  Кота Ваську не будите,  Вот проснется Васька- кот,  Разобьет весь хоровод!  После слов кот ловит мышек, которые не успели убежать в норки.  Физинструктор:  Попрощаемся мы с вами,  Не ругайтесь, малыши.  Приходите к нам на праздник, Будем рады от души! |
| 3. | Заключительная часть.  Рефлексия «Солнце». | | 1мин | | | Физинструктор:  Круг скорее создавайте,  Солнышко изображайте.  (Дети изображают солнце на полу вместе с воспитателем и инструктором.)  Мы сегодня с вами путешествовали в страну сказок, повстречали много героев. Но вас ждут новые, интересные сказки- книжки, которые вы будите читать вместе с мамами и папами!  (Дети возвращаются в группу) |