Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 20 « Родничок» комбинированного вида»

КОНСПЕКТ

НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ

ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ

СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

по теме:

«Занимательное путешествие в лес»

(Мастер-класс на зональной педагогической

ассамблее для педагогических работников)

Составила: Пенькова И. И.-

инструктор по физической культуре

1 квалификационной категории

р.п. Шаховская, 13 февраля 2013 год

**Интеграция образовательных областей**

1.Физическая культура

2. Здоровье

3.Социализация

4.Познание

5. Коммуникация

6.Музыка

**Физическая культура**

Задачи:

1.Закрепить умение выполнять различные виды ходьбы и бега, координируя движения рук и ног.

2.Упражнять в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры.

3. Закреплять умение ползать опираясь на ладони и колени.

4.Повторить прыжки из обруча в обруч.

5.Формировать правильную осанку, предупреждать плоскостопие.

6.Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.

**Здоровье**

Сохранение и укрепление здоровья детей, приобщение их к здоровому образу жизни, снятие статического напряжения.

**Социализация**

Развитие у дошкольников интереса к различным видам игр, создание игровых замыслов.

**Познание**

Создание условий для расширения представления дошкольников об окружающем мире. Закрепление знаний детей о живой природе, учить в движениях подражать повадкам животных.

**Коммуникация**

Развивать умение выразительно, четко отвечать на вопрос, участвовать в беседе. Формировать умение играть в коллективе.

**Музыка**

Ритмично двигаться в соответствии с темпом и характером музыки. Менять движения в соответствии со сменой частей музыки.

**Предварительная работа:**

- беседа на тему «Дикие животные»

- рассматривание картинок по теме

- обучение детей основным видам движения

- разучивание подвижной игры «Мишка»

**Оборудование:** массажные мячи на каждого ребенка, гимнастическая скамейка, 2 туннеля, малые обручи 3, шапочка медведя, аудиозапись.

Дети входят в зал.

1. Вводная часть.

Построение в шеренгу.

- Здравствуйте, ребята! Сегодня, я хочу вас пригласить в лес, чтобы посмотреть чем занимаются лесные звери.

А каких зверей вы знаете? (Ответы детей). Молодцы. Сегодня мы с вами будем веселыми зверушками, будем подражать их повадкам и даже с ними поиграем.

Итак, зверушки, навострите ушки, слушайте внимательно. Сделаем все движения просто замечательно.

Перестроение в колонну по одному поворотом направо.

Друг за другом мы идем, *Ходьба друг за другом*

Никогда не устаем

Ждут нас на лесной опушке

Разные зверушки,

Мышка тихо идет

В норку зернышко несет *Ходьба на носках, руки вверх*

А за мышкой шел медведь

Да как начал он реветь *Ходьба на внешней стороне стопы*

У-у-у

Я вразвалочку иду (*звукопроизношение у-у-у)*

Вдруг зайчонка увидали,

вслед за ним мы побежали *Бег друг за другом*

По тропинке вдаль шагаем  *Ходьба с высоким подниманием колена*

Ноги выше поднимаем

Птицы полетели

Мы тихонечко присели *Приседание*

Дружно шли, шли, шли *Обычная ходьба с перестроением в три колонны*

На лужайку пришли

Все в колонны встали

Разминаться стали

2. Основная часть.

Игровой массаж

На полянку мы пришли,

сразу ежика нашли

Ежик улыбается

К нам на ручки собирается

Ежик, ежик, ты колючий,

Покатайся между ручек.

Ежик катается, ладошка улыбается

Детки стараются,

Ежик медленно катается.

Вдруг он быстро побежал,

На ладошку нажал.

Посмотри-ка ямки стали,

А ладошки не устали.

**Общеразвивающие упражнения с массажными мячами.**

1.Еж забрался высоко,

Ежик видит далеко

И. п.: ноги на ширине ступни, мяч внизу; поднять мяч вверх переложить в другую руку, вернуться в исходное положение, повторить(5-6 раз)

2.Ежата в чаще жили

Головой своей крутили

И. П.: ноги на ширине плеч, мяч в правой руке.

Поворот головы в сторону-руку в сторону, опустить переложить мяч, тоже в другую сторону (по 3 в каждую сторону)

3.А потом грибы искали

Дружно сели, дружно встали.

И. п.: присесть, коснуться мячом пола, встать, вернуться в исходное положение, повторить (5-6раз),

4.Полюбуйтесь – это ежик

Поднимать умеет ножки

Ежик ножками сожмем

Поднимать его начнем

И. п.: сидя на полу, мяч зажат между стопами ног, руки в упоре сзади; поднять прямые ноги , вернуться в исходное положение, повторить (5-6 раз)

5.Не болеет никогда

Ежик прыгает всегда

И.п.: мяч на полу. Прыжки вокруг мяча с переходом на ходьбу (2 раза).

Упражнение на восстановление дыхания

«Подуем на ежика» (вдох через нос- выдох через рот)

**Основные виды движений**

1. Ходьба по скамейке, руки на поясе.

Идет лиса по мостику и виляет хвостиком

1. Ползание на четвереньках через туннели.

Мишка косолапый по лесу гуляет,

По бревнышку ловко он переползает.

Чтобы спинке не болеть

Здесь потянется медведь (выпрямиться подняв руки)

1. Прыжки из обруча в обруч ( на какую геометрическую фигуру похож обруч, какого обруч цвета, сколько обручей?)

За морковкой в огород

Зайка прыгает вперед.

Послушайте загадку

Летом ходит без дороги между сосен и берез,

А зимой он спит в берлоге, от мороза пряча нос (медведь)

**Игра «Мишка»**

**Заключительная часть**

Игра м/п «Пузырь»

Релаксация «Мы устали»

Был у нас нелегкий путь,

Мы решили отдохнуть

Очень тихо мы легли и цветные видим сны

Тише-тише не шумите, наших деток не будите!

Птички станут щебетать, будем глазки открывать.

Просыпаться и вставать.

(Лежа на ковриках, на спине, установка на полное расслабление, восстановление дыхания. Под музыкальное сопровождение.

**Итог занятия:**

- Ребята, где вы сегодня были?

- Каких животных встречали?

- Что делали?

- Кому, что понравилось?