**Непосредственно образовательная деятельность**

**по физической культуре в подготовительной группе**

**МДОУ детский сад «Сказка»**

**Тема: «На арене цирка!»**

**Инструктор физкультуры: Рыскова Л.М.**

**Дата проведения: октябрь 2013г.**

**Тема**: «На арене цирка».

**Группа детей –** 6лет.

**Время проведения**: 30минут.

**Форма:** спортивная майка, шорты

**Задачи**:

**Оздоровительные:**

- Учить выполнять элементарный массаж и дыхательные упражнения;

способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки.

**Образовательные:**

- Формировать двигательные умения и навыки, учить согласовывать движения с музыкой; формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм, закреплять знания об окружающем мире.

**Развивающие:**

- Развивать быстроту, силу, ловкость, выносливость, память, воображение.

**Воспитательные:**

- Воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях, развивать творчество, чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

**Образовательные области:** «Здоровье», «Познание», «Коммуникация», «Художественная литература», «Музыка», «Труд».

**Виды детской деятельности:** коммуникативная, игровая, познавательно-исследовательская, двигательная, трудовая.

**Методы**: поточный, наглядный, словесный, игровой.

**Формы организации детей**: подгрупповая, индивидуальная

**Предшествующая работа**:

Беседа о цирке, рассматривание иллюстраций, разучивание подвижных игр, изготовление дидактических пособий.

**Оборудование:** мультимедийная установка, презентация на тему о цирке,

**Ход.**

**Инструктор**: Ребята, вы любите цирк? А вы были в цирке? Хотите туда попасть? Тогда представьте, что мы с вами находимся сейчас в цирке. (**Слайд 1).** Будут выступать воздушные гимнасты, клоуны, дрессированные звери. Но прежде чем начать выступление, мы с вами сделаем хорошую разминку.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть |  | Дозировка | Примечание |
| **I.**  **Вводная**  **часть.** | Построение в колонну по одному, ходьба друг за другом.  Построение парами.  «Ровным кругом, друг за другом  Мы идем за рядом ряд.  Вот семейство акробатов –  На носках идет, на пятках.  Вот идут широким шагом  Наши чудо – силачи.  По арене бежит конь,  Рыжий гребень как огонь.  Фокусник с корзиной змей –  Настоящий чародей!  Парад – алле завершается,  Представление начинается».  (Слайд 2,3,4,5,6) |  | Ходьба парами  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба широким шагом  Легкий бег.  Ходьба змейкой  Бег змейкой.  Ходьба обычная |
| **II. Основная**  **часть.** | Перестроение в три звена  **1.Общеразвивающие упражнения (под музыкальное сопровождение)**  **1) «Чудо силачи».**  «До чего же хороши  Наши чудо силачи!»  И.п. – ноги врозь, руки к плечам, кисть в кулак  1 – руки в стороны, пальцы врозь  2 – и.п.  3 – 1  4 – 2  **(слайд 7)**  **2) «На арене – боксеры»**  Встать в стойку боксера.  И.п. – о.с.  1 – поворот вправо, правая рука выбрасывается вперед  2 – и.п.  3 – поворот влево, левая рука выбрасывается вперед  4 – и.п.  **(слайд 8)**  **3) «Воздушные акробаты»**  И.п. – стоя на четвереньках  1 – поднять туловище вверх  2 – и.п.  3 – 1  4 – 2  **(слайд 9)**  **4) «Обезьянки качаются»**  «Обезьянки качаются  Как они развлекаются»  И.п – сидя, колени обхватить руками  1 – 4 – кататься на спине вперед – назад.  **(слайд 10)**  **5) «Медведи на велосипеде»**  **«**Поглядите, два медведя  В чепчиках и платьицах  На одном велосипеде  По арене катятся»  И.п. – лежа на спине,  1 – 4 – поочередно сгибать и выпрямлять ноги в коленях  **(слайд 11)**  **6) «Качели»**  «Вверх – вниз, вверх – вниз.  Качели летают – ты только держись!»  И.п. – стоя парами  1 – 1й приседает  2 – 2й приседает  3 – 1  4 – 2  **(слайд 12)**  **7) «Веселый клоун»**  Прыжки с хлопком над головой  **(слайд 13)**  **2. Основные виды движений**  **(Поточно) (слайд 14)**  1**.Равновесие**  Ходьба, по гимнастической доске приставляя пятку одной ноги к носку другой **(О)**  2**.Прыжки**  Поочередно на правой, левой ноге, с продвижением вперед (между предметами, лежащими на полу, 3-4шт.) **(З)**  3**.Подлезание под дугу** **(П)**  **3.Подвижная игра «Угадай, кто это?»**  Под музыку дети начинают движения. Музыка прекращается – дети замеряют в позе какого – либо животного (по желанию). Водящий должен угадать, кто кого изображает.  **(слайд 15)**  **Релаксация**: дети становятся в круг и под музыку медленно садятся, держась за руки, расслабляются.  **Подведение итогов.** | 6раз  6раз  6раз  6 раз  6 раз  6 раз  30сек  3 раза  3 раза  3 раза | Стоя, ноги на ширине плеч, спина прямая  Руки согнуты в локтях, кулаки сжаты, ноги на ширине плеч.  Стоя на четвереньках, при подъеме туловища стойка на ладонях рук и стопе ноги.  Тело сгруппировано, колени обхвачены руками, голова подтянута к коленям.  Лежа на спине, друг к другу, стопы ног соеденены, руки на полу.  Делают поочередно приседание.  Прыжки, при прыжке ноги в стороны, спина прямая, хлопок над головой.  Спина прямая, руки в стороны.  Спина прямая, руки на поясе, прыжки на одной ноге.  На четвереньках, спину прогибая.  Дети соблюдают правила игры,  бег в одном направлении. |
| **III часть**  **Заключи-**  **тельная** | «Артисты уходят! Машут рукой зрителям.  «До новой встречи на арене цирковой, а мы возвращаемся домой». |  | Спокойная ходьба по залу. |