**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 другомМы идем за рядом ряд.Вот семейство акробатов –На носках идет, на пятках.Вот идут широким шагомНаши 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 парамиХодьба на носкахХодьба на пяткахХодьба широким шагомЛегкий бег.Ходьба змейкойБег 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 кулак1 – руки в стороны, пальцы врозь2 – и.п.3 – 14 – 2**(слайд 7)****2) «На арене – боксеры»**Встать в стойку боксера. И.п. – о.с.1 – поворот вправо, правая рука выбрасывается вперед2 – и.п.3 – поворот влево, левая рука выбрасывается вперед4 – и.п.**(слайд 8)****3) «Воздушные акробаты»**И.п. – стоя на четвереньках1 – поднять туловище вверх 2 – и.п.3 – 1 4 – 2 **(слайд 9)****4) «Обезьянки качаются»**«Обезьянки качаютсяКак они развлекаются»И.п – сидя, колени обхватить руками1 – 4 – кататься на спине вперед – назад.**(слайд 10)****5) «Медведи на велосипеде»****«**Поглядите, два медведяВ чепчиках и платьицахНа одном велосипедеПо 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 парами1 – 1й приседает2 – 2й приседает3 – 14 – 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.** | 6раз6раз6раз6 раз6 раз6 раз30сек3 раза3 раза3 раза | Стоя, ноги на ширине плеч, спина прямаяРуки 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. |