МКДОУ «Елань-Коленовский детский сад общеразвивающего вида №1»

**Конспект открытой организованной деятельности по физическому развитию в средней группе.**

*Тема: «На морском дне»*

Воспитатель: Воротнева Е. В.

2012 год.

**Цели образовательной деятельности:**

* Продолжать укреплять здоровье детей, упражняя их в выполнении массажа, биологически активных точек.
* Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по сигналу  воспитателя. Продолжать упражнять в подлезание под дугу, не касаясь руками пола. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильную  осанку по уменьшенной площади.
* Воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам, интерес к физкультуре к здоровому образу жизни.

**Оборудование:**

Морские камушки (шишки обшитые тканью) по количеству детей,

Зал оформлен в морской тематике. Дети заходят в зал.

**Воспитатель:**

– Ребята сегодня у нас на занятии присутствуют гости, давайте поздороваемся с ними.

Я хочу предложить вам провести наше занятие на морском дне.

***Звучит фонограмма ветра и шума прибоя моря.***

**Воспитатель:**

Я – фея водяная   
Волшебница такая   
Взмахну я вдруг рукой   
И попадём мы в мир морской.

Вот мы с вами и очутились на морском дне.

Ребята посмотрите как здесь красиво, сколько здесь рыб, а вот и кораллы возьмите их.

**I. Вводная часть.**

**1. Будьте внимательны, обследуем сейчас мы дно.**

* Ходьба обычная по залу с шишками в руках.

**2. Не будем нарушать тишину.**

* Ходьба на носках руки в стороны.
* Ходьба обычная руки внизу.

**3. Увидали вдруг угря побежали не спеша.**

* Легкий бег на носках руки согнуты в локтях.
* Ходьбы обычная руки внизу.

**4. Не наступайте на скользкие камни.**

(Представьте, что вы морские коньки, как лошадки цокают)

* Ходьбы с высоким подниманием колен руки вперед.
* Ходьба обычная руки внизу.

**5. А потом ужа признали,**

**Догоняли, догоняли ...**

* Легкий бег на носках руки согнуты в локтях.
* Ходьба обычная руки внизу.

**Перестроение в две колонны.**

**II. Основная часть.**

***Общеразвивающие упражнения с морскими камушками.***

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Мы водоросли растем в воде морской, тянемся мы дружно к свету.** | И.п. – основная стойка. 1 – руки через стороны вверх, подняться на носки;  2 – вернутся в и.П. (повторить 5 – б раз) |
| **2. Море бушует, шумит на просторе.** | И.п. – основная стойка руки к плечам. 1 – поворот туловища вправо руки в стороны; 2 – в и. П.; 3 – поворот влево, 4 – в и. п.  (по 3 -4 раз) |
| **3. Ракушка просыпается – створки открываются.** | И.п. – основная стойка руки за спиной. 1 – сесть колени обхватить руками голову опустить;  2 – вернуться в и. п. (повторить 5 – раз) |
| **4. А в море высокая ходит волна, Вверх до небес вниз до дна** | И.п. – основная стойка руки с кораллами вверх, l – наклон вперед кораллы положить на пол; 2 – в и.П.; 3 – кораллы поднять вверх 4 – в и.П. (повторить 5 – б раз) |
| **5. А морские коньки  Резвы и легки.  Не угонишься за ними  До того они ловки.** | И.п. основная стойка, руки на поясе, кораллы на полу. Прыжки вокруг кораллов, остановиться покатать один коралл правой ногой, другой коралл левой ногой  (повторить 3 – 4 раз) |
| **6. Дыхательное упражнение** | |

**Перестроение в колонну по одному.**

**Основные вид движения**

**Поиграем с морской волной.**

1.Равновесие – ходьба по скамейке “Осьминожки”, руки в стороны. (3 раза).

**Проплывём под водорослями.**

2.Подлезание под дугу (высота 50 см) – не касаясь руками пола (3 раза).

**Поиграем с осьминогом.**

3.Прыжки в высоту с места – “Достать до головы “Осьминожки”

**Подвижная игра “Рыбаки и рыбки”**

Играющие стоят на одной стороне площадке. Воспитатель и помощник воспитателя держат сетку (шнур) в натянутом положении на другой стороне площадке. Дети бегут навстречу воспитателю пробегая под сеткой во весь рост , поворачиваются, поворачиваются, бегут и перепрыгивают сетку. Игра повторяется 3 – 4 раза.

**III. Заключительная часть.**

**Закаливающий массаж подошв.**

**“Поиграем ножками”**

Мы ходили, мы скакали,   
Наши ножки все устали.  
Сядем рядом отдохнём  
И массаж подошв начнём.  
Проведём по ножке нежно,   
Выполняйте все прилежно.  
Разминка ножкам обязательна   
Выполняй её старательно.  
Растирай, старайся   
Ни на что не отвлекайся.  
По подошве как граблями,   
Проведём сейчас руками.  
И полезно и приятно,  
Это всем давно понятно.  
Рук своих ты не жалей   
И по ножкам бей сильней.  
Будут быстрыми они,  
Потом попробуй, догони!  
Гибкость тоже нам нужна,  
Без неё мы не куда.  
Раз – сгибай, два – выпрямляй  
Ну, активнее давай!  
В центре точку мы найдём,  
Хорошенько разотрём,  
Надо с нею нам дружить,  
Чтобы всем здоровым быть.  
Скажем мы ногам: “Спасибо!”  
Ходим мы теперь красиво!

**Заключительная ходьба.**

Вот сказали мы “Спасибо!”  
И пошли шагать красиво.







