*Муниципальное Дошкольное Образовательное Учреждение детский сад- №7 «Журавушка» г. Ртищево*

Организация подвижной деятельности в средней группе «*Веселый поход*»

Воспитатель: Ильина.О.В.

2013год

Задачи: формировать основы ЗОЖ; оздоравливать детей, развивать физические качества. Укреплять различные группы мышц, тренировать вестибюлярный аппарат, улучшать осанку. Закреплять умение выполнять двигательные упражнения(ходьба, бег),метание в движущуюся цель. Навыки правильного выполнения прыжков на двух ногах с продвижением вперёд,. Воспитывать смелость,мужественность,ловкость,выносливость,выдержку,стремление к преодолению трудностей. Создавать детям состояние особого психологического комфорта и эмоционального подъёма. Доставлять радость от игры. Оборудование: гимнастическая скамейка, обручи ,дуги, канат, тоннель надувной, деревья, карта, рюкзак, ёж-игрушка, мат, корзина с бросалками..Аудио запись «Голоса природы.», «Вместе весело шагать.» Ход игры. Ребята, послушайте загадку: он с тобою и со мною, Друг походный за спиною, На ремнях с застёжками. Дети: рюкзак. Вос-ль: для чего он нужен? Дети: с ним ходят в поход .Вос-ль: а вы хотите отправиться в поход? А посмотрите что это у меня в рюкзаке?

Дети: карта.

Вос-ль: на ней указан маршрут. Сначала нам нужно пройти по горной дороге. Затем перейти через топкое болото. Пройти через густо растущие кустарники. Затем пройти по верёвочному мосту через горную речку. И войти в тёмный тоннель. Ну что вы готовы? Преодолевание препятствий под запись « Голоса птиц.» 1.Ходьба по гимнастической скамейки. 2.Прыжки из обруча в обруч .3.Подлезание под дугами. 4.Ходьба по канату боковым шагом. 5.Пролезание в надувной тоннель. Вос-ль: куда это мы с вами попали? Дети: в лес. Вос-ль: давайте крепко за руки возьмемся, чтобы нам не потеряться.(Образовываем круг.)

Если в лес пришли гулять, Свежим воздухом дышать. Бегай прыгай и играй. Только чур не забывай. Что в лесу нельзя шуметь. Вос-ль: ребята, посмотрите, да тут мишка спинку чешет о дерево:

1)о.с.: ноги на ширине плеч, руки опущены. Плечи попеременно поднимаются и опускаются. Белочка шишки собирает:

2)о.с.: ноги на ширине плеч, руки по переменно вверх-вниз. А лисичка потянулась, выгнула спинку и греется на солнышке.

3)о.с.: ноги на ширине плеч, наклоны вперед, с вытянутыми руками. Рядом лисята играют в прятки:

4)приседание. А зайчата испугались но не лисят, а кого?

Дети: охотника.

Вос-ль: Кто у нас охотник? (Выбираем одного или двух детей.) А остальные зайцы. П.игра « Охотники и зайцы». Вос-ль: посмотрите, из-за дерева показался ёж, он недовольный и фырчит на нас(упражнение на дыхание).

Вос-ль: не сердись на нас ёж, мы уже уходим, нам пора в детский сад.

Вос-ль: вот, ребята мы с вами и в детском саду. Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно. И сегодня скажем дружно:» Всем ходить в походы нужно». Ребята, понравилось вам в поход ходить?