Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

центр развития ребенка - детский сад №5 «Березка»

Конспект образовательной деятельности «Физическая культура»

«Путешествие в зимнюю сказку»

(с элементами танцевально-ритмической гимнастики,

для старшей дошкольной группы)

Подготовила: Тиунова Татьяна Валерьевна

инструктор по физической культуре;

143090, Московская область,

г. Краснознаменск, Гагарина, д.9, кв.6

тел. 8-919-771-00-50

2012 г.

**Актуальность:** В настоящее время велик интерес специалистов к использованию средств ритмической гимнастики в процессе физического воспитания дошкольников. Установлено, что ритмика позволяет точно дозировать физическую нагрузку в соответствии с возрастом и степенью подготовленности детей; осуществить относительно точное избирательное воздействие на строение и функции организма детей, на определенные звенья опорно-двигательного аппарата. Ритмическая гимнастика предоставляет возможность выбора упражнений различной направленности, позволяющих решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. Она позволяет при адекватной нагрузке развивать все основные качества. Музыкальное сопровождение позволяет сделать двигательную деятельность детей яркой, эмоциональной, интересной и насыщенной. В данной разработке использованы элементы танцевально-игровой гимнастики «Са-Фи-Дансе» Фирилевой Ж.Е, Сайкиной Е.Г.

**Практическая значимость:** Представленный конспект занятия может быть использован в рамках кружковой работы по ритмической гимнастике, в образовательной деятельности «Физическая культура».

**Задачи:**

1. Разучить комплекс общеразвивающих упражнений с султанчиками.
2. Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности в хореографической композиции «Снежинки».
3. Совершенствовать умение детей двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Развивать творческие способности, воображение, находчивость в игре «Мороз Красный нос»
5. Развивать гибкость, координацию движений, посредством комплекса игропластики «Пластилин»

**Оборудование:** магнитофон; султанчики, снежинки, коврики по количеству детей, маска деда Мороза.

**Организация и методика проведения:**

**Вводная часть:**

Дети входят в спортивный зал и встают в круг.

Инструктор:

*Тихо, тихо сказку напевая, проплывает в сумерках зима.*

*Теплым одеялом укрывая, землю и деревья и дома!!!*

*Над полями легкий снег кружится, словно звезды падают с небес,*

*Опустив мохнатые ресницы, дремлет в тишине дремучий лес!*

Ребята, сегодня у нас необычное занятие, сегодня мы с вами отправляемся в путешествие в зимнюю сказку, где нас ждет множество интересных сюрпризов. Давайте с собой возьмем улыбку и хорошее настроение!!!

**Звучит ритмичная музыка, дети выполняют игроритмику**:

1. Ходьба на носках, руки вверх.
2. Ходьба, высоко поднимая колени, руки на пояс.
3. Ходьба с хлопками на каждый счет
4. Бег обычный
5. Подскоки, руки на пояс
6. Ходьба руки вверх - вдох, руки вниз - выдох

**Основная часть:**

Инструктор: Вот и пришли мы с вами в лес на полянку, посмотрите как тут красиво!!! А, что это там лежит под елочкой? Ух, ты это же султанчики, наверно это дедушка Мороз нам оставил поиграть и потанцевать.

**Под музыкальную композицию «Новогодние игрушки» дети разучивают и выполняют комплекс общеразвивающих упражнений с султанчиками.**

Ходьба на месте, султанчики в руках, дети выполняют ритмичные движения в такт музыки.

1. Куплет. И.п. - о.с., султанчики внизу.

1-4 - полуприсед, султанчики в сторону;

5-8 - о.с., султанчики вверх.

тоже в обратном порядке.

Припев: А. 1-2 - прыжок ноги врозь, султанчики в сторону;

3-4 - прыжок ноги вместе, султанчики вверх.

Б. 1-8 - подскоки, султанчики перед собой.

1. Куплет. И.п. - о.с., султанчики внизу

1-4 - шаги «V» степа вперед, султанчики в сторону;

5-8 - шаги «V» степа назад, султанчики в сторону.

Припев: тот же.

Инструктор: Молодцы ребятки!!! Какой у нас веселый танец получился!!!

*Как будто звезды искрами, рассыпались кругом,*

*Несутся серебристые, снежинки за окном!!!*

Скорее ловите серебристые снежинки в руки, мы будем с ними кружится , танцевать под волшебную музыку!!!

**Дети выполняют комплекс хореографических упражнений (муз. комп. «Зимняя сказка» Е. Винс).**

**А.** И.п. – о.с., в руках снежинки.

1-4 - полуприсед, поднять снежинки через стороны вверх;

5-8 – и.п., снежинки опустить через стороны вниз.

**Б.** И.п. - о.с., снежинки на ладони перед собой.

1-8 – кружимся в правую сторону

Тоже в левую сторону.

**В**. И.п.-о.с., снежинки опущены вниз

1-4- правая нога вперед на носок, снежинками рисуем «кружки»;

5-8- левая нога вперед на носок, снежинками рисуем «кружки».

**Г**. Повторить движение части **Б.**

Инструктор: Молодцы, как вы красиво танцевали!!! Посмотри-те ка, кто к нам в гости пожаловал? Сам дедушка Мороз пришел поиграть с вами!!!

**Проводится игра «Мороз красный нос» (2-3 раза).**

Инструктор: Совсем нас Мороз заморозил, давай ка согреемся!!!

**Проводится пальчиковая гимнастика:**

|  |  |
| --- | --- |
| Разотру ладошки сильно,  Каждый пальчик покручу,  Поздороваюсь с ним сильно  и вытягивать начну.  Пальчик в пальчик я вложу,  На замочек их закрою,  И тепло поберегу.  Выпущу я пальчики,  Пусть бегут как зайчики!!! | растирание ладоней, захватить каждый  пальчик у основания и выкручивающим  движением дойти до ногтевой фаланги.  Пальцы в «замок»  Подуть в «замочек»  Пальцы расцепить и перебирать ими!!! |

**Заключительная часть:**

Инструктор: Хорошо мы с вами танцевали, играли, пора нам теперь отдохнуть, возьмите коврики, кладите их на снежок, будем отдыхать, и фигуры из снега выполнять!!!

**Дети выполняют комплекс игропластики:**

|  |  |
| --- | --- |
| Гибкий как пластилин,  Каждый мой сустав,  «По- турецки» я сижу,  А могу и так –  В «позе лотоса» сидеть,  Головой вертеть!!!!  Ах, рыбка золотая,  В кольцо свернулась назад,  Змея прогнула спинку,  И выгнулась - вот так!!!  Кошечка всем улыбнулась,  сказала громко - «Мяу!!!»  Бабочка-красавица махнув крылом, присела на цветочек!!!  Как хорошо быть гибким,  Как пластилина кусочек!!! | Руки за спиной, сцеплены в замок  сед «по- турецки»,  «Поза лотоса»  Лежа на животе, ногами дотронутся до затылка  Прогнуться назад, ноги прямые  Стоять на четвереньках, прогнуться -  согнуться  Сед на коленях  Хлопки в ладоши! |

Инструктор: Молодцы, теперь спокойно полежим и послушаем музыку зимнего леса!!! **(звучит классическая музыка)**

Инструктор: Ребята, теперь нам пора возвращаться обратно в детский сад!!!

Организованный выход детей из спортивного зала.