**Совместная деятельность детей с инструктором**

**по физической культуре**

**Александрова Л.М**

**«Ярмарка движений»**

**Цель:** Развитие физических качеств детей, через русские народные подвижные игры

**Задачи:**

-Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры;

- Совершенствовать двигательные навыки и координацию движений в пространстве;

-Развивать внимание, быстроту реакции, ловкость, силу, чувство ритма.

-Закреплять навыки игры в русские народные игры

 -Воспитывать интерес и любовь к русским традициям и к русским народным играм.

**Инструктор:**

 Ребята, скажите, пожалуйста, что такое ярмарка? (комментарий детей). Это гуляния, торговые ряды, представления шутов и зазывалы скоморохи, игры разные.

Вот и мы с вами отправимся на Ярмарку, только ярмарка наша будет необычная - «Ярмарка движений», где мы с вами позабавимся, да потешимся, удалью и силушкой молодецкой померимся, побегаем.

Вы готовы отправиться со мной!

Ходьба в колонне по одному с заданием:

-ходьба на носках, руки вверх;

-ходьба на пятках, руки вытянуть вперед;

-ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе;

-обычный бег;

-приставным правым (левым) боком.

**Инструктор:**

Устали ваши ноги? Долгий путь был у нас с вами, мы уже пришли, но сначала  присядем и дадим ногам отдохнуть, сделав разминку для ног.

**ОРУ - дети выполняют комплекс упражнений.**

**Инструктор:**

 «Вот на улице веселье,

 Запестрели карусели!

 А народ, жужжит, как шмель…

 Ах, какая карусель!»

**Игра: «Карусель»**

На Ярмарке можно увидеть много птиц.

Как вы думаете в какую игру русский народ играл с птицами? (комментарий детей)

**Игра: «Утки – гусь»**

На Ярмарке продают и вещи, вот посмотрите это русские платки

В какую игру поиграем с платком?

**Игра: «Платочек»**

На  Ярмарке - движений  всегда проводятся «Богатырские состязания »

Давайте померимся силушкой богатырской.

**«Перетягивание каната»**

**Игра малой подвижности «Веревочка»**

Понравилось вам на Ярмарке движений?

А в какие мы игры играли? (русские народные)

Угощаю вас баранками,

Чтобы силушка появилась богатырская.

**Народная игра «Утка – гусь»**

1.Для игры "Утка, утка... гусь" нам потребуется группа ребят (от 5 человек). Играть можно на улице или в помещении. Выберете ведущего. Начертите на асфальте или на полу большой круг. Правила игры такие:  ведущий встает за пределы круга. Все остальные дети садятся в круг. Ведущий ходит по кругу, тихонько дотрагивается до ребенка, сидящего внутри круга и говорит «утка», идет далее и повторяет тоже самое несколько раз. После повторения слова «утка», он говорит «гусь». Тот ребенок, которого назвали «гусь» встает и догоняет ведущего за пределами круга. Остальные участники продолжают сидеть внутри круга. Цель «гуся» догнать ведущего, бегая по кругу, а цель ведущего занять место «гуся» внутри круга. Если «гусь» догнал ведущего, то в следующем раунде будет «водить» ведущий, если же «ведущий» успел занять место «гуся» внутри круга, то в следующем раунде водить будет «гусь».

2. Участники игры встают в круг. Ведущий внутри круга. Он ходит по кругу, указывает рукой и приговаривает: «Утка, утка, утка... гусь». Гусь срывается с места, убегая в противоположную от ведущего сторону. Их обоих задача – быстрее занять освободившееся место.

**Игра «Платочек»**

Играющие, встают в круг парами, друг за другом. Выбирают двух ведущих, одному из них дают платочек. По сигналу ведущий с платочком убегает, а второй ведущий догоняет его. Игра проходит за кругом. Ведущий с платочком может передать платочек любому играющему, стоящему в паре, и встать на его место. Таким образом, ведущий с платочком меняется. Ведущий, оставшийся без пары, догоняет ведущего с платочком.

**Правила игры**. Играющий убегает только тогда, когда получит платочек. Когда ведущий с платочком пойман вторым ведущим, то второму ведущему дается платочек, а следующий ведущий выбирается из числа детей, стоящих парами. Игра начинается по сигналу.

**Игра малой подвижности «Веревочка»**

Берут длинную веревку, концы ее связывают. Участники игры встают в круг и берут веревку в руки. В середине стоит водящий. Он ходит по кругу и старается коснуться рук одного из играющих. Но дети внимательны, они опускают веревку и быстро прячут руки. Как только водящий отходит, они сразу же берут веревку. Кого водящий ударит по руке, тот идет водить.

### Правила

1. Играющие должны веревку держать двумя руками.

2. По ходу игры веревка не должна падать на землю.

Конспект физкультурного занятия в старшей группе

«Ярмарка движений»

Цель. Развитие физических качеств детей, через русские народные подвижные игры

Задачи. Оздоровительные:

1. Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры;
2. Укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнений упражнений;
3. Воздействовать на активные точки ступней ног путем массажа, для повышения функциональной деятельности организма.

         Образовательные:

1. Закрепить навыки ходьбы с высоким подниманием колен, на носках, на пятках;
2. Упражнять в беге приставным шагом;
3. Совершенствовать двигательные навыки и координацию движений в пространстве;
4. Развивать внимание, быстроту реакции, ловкость, силу, чувство ритма.
5. Развивать умение выполнять парные и коллективные действия;
6. Закреплять навыки игры в русские народные игры

         Воспитательные:

1. Воспитывать чувство ответственности за порученное задание;
2. Воспитывать интерес и любовь к русским традициям и к русским народным играм.

     3. Создать благоприятную обстановку на занятии

Тип занятия. Сюжетно-игровой

Время: 25мин.

Место проведения: музыкальный зал

Методы: наглядный, игровой (практический), словесный

Приемы: наглядно-зрительные, тактильно-мыщечный, наглядно-слуховой, использование зрительных ориентиров

Пособие: муз. сопровождение, гимнастические скамейки, «мячики-ежики» по количеству детей, палочки по количеству детей, колпак «скомороха», веревка, платки для игры и на оформление, картинки гуся и уток.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частизанят. | Содержание | дозир | Организационно-методические указания |
| I.ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯчасть7мин | Построение в шеренгуРавняйсь! Смирно!По порядку номеров  рассчитайсь!Повороты на местеНалево! На месте шагом Марш!В обход налево по залу Марш!Ходьба в колонне по одному с заданием:1. ходьба на носках, руки вверх;
2. ходьба на пятках, руки вытянуть перед;
3. ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе;

Бег с заданием:1. обычный бег
2. приставным правым (левым) боком

Шагом Марш!Разминка для ног  (РН мелодия «Шла  девица за водой»)                             ОРУ в парах (под русскую народную мелодию)   | 1 мин1 круг1 круг0,5 круга1 кругпо 0,5 круга2 мин2 мин | Проверка осанки и равнениеРебята, наступила осень, закончили все убирать урожай. В давние времена, наши предки, русский народ, когда заканчивали посевную, сбор урожая, проводили праздники в эту честь. Вот и мы отправимся с вами на Ярмарку. А что такое «ярмарка»- это гуляния, торговые ряды, представления шутов и зазывалы скоморохи, игры разные. Вот и мы с вами отправимся на Ярмарку, только ярмарка наша будет необычная - «Ярмарка движений», где мы с вами позабавимся, да потешимся, удалью и силушкой молодецкой померимся, побегаем.Готовы!Спина прямаяВо время поворотов туловище держать прямо, следить, чтобы руки были прижаты.Следить за осанкой, голову держать прямо, локти не сгибатьРуки в локтях не сгибатьДля перехода на бег подать команду: «Бегом - Марш!»Спина прямаяУстали ваши ноги? Долгий путь был у нас с вами, мы уже пришли, но сначала  присядем и дадим ногам отдохнуть, сделав разминку для ног Садимся на «бревна».Спину держать прямоНоги отдохнули.Уборка инвентаря детьми.Инструктор надевает шапку СкоморохаСкоморох.  Привет, детвора,       Собирайся народ,      Вас много интересного ждет!      Много игр, развлечений      И веселых движенийна Ярмарку идете, позабавится?У нас нашей  Ярмарке - движений  всегда проводятся «Богатырские состязания, потехи» Покажем, как состязаются наши русские богатыри  |
| II.ОСНОВНАЯчасть15мин. | Основные виды движений:1. игра «Карусель»
2. игра «Утки –гусь»
3. игра «Платочек»
4. «Перетягивание каната»
 | 2раза3раза2раза |     «Вот на улице веселье,      Запестрели карусели!      А народ, жужжит, как шмель…     Ах, какая карусель!»Мальчишки и девчонки, приглашаю прокатиться на каруселиС.: Посмотрите удальцы, что можно купить на нашей Ярмарке, домашних птиц. А в какую игру играет русский народ с этими птицамиДети: игра «Утки – гусь»С.: На Ярмарке продают и вещи, вот и мы видим русские платкиВ какую игру поиграем с этим предметом?Дети: игра «Платочек» С.:  (показывает канат, веревку)Ребята, что за предмет такой?Дети: КанатДавайте померимся силушкой богатырской |
| III.ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯчасть3мин | Игра малой подвижности «Веревочка»Построение в шеренгуПодведение итогов занятийНаграждение баранками | 2 мин1 мин | Понравилось вам на Ярмарке движений?А в какие мы игры играли? (русские народные) Угощаю вас баранками,Чтобы силушка появилась богатырская  |