**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.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части  занят. | Содержание | дозир | Организационно-методические указания |
| I.  П  О  Д  Г  О Т  О  В  И Т Е Л Ь Н А Я  часть  7мин | Построение в шеренгу  Равняйсь! Смирно!  По порядку номеров  рассчитайсь!  Повороты на месте  Налево!  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 мин  1 круг  1 круг  0,5 круга  1 круг  по 0,5 круга  2 мин  2 мин | Проверка осанки и равнение  Ребята, 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 прямая  Во время поворотов туловище держать прямо, следить, чтобы руки были прижаты.  Следить за осанкой, голову держать прямо, локти не сгибать  Руки в локтях не сгибать  Для перехода на бег подать команду: «Бегом - Марш!»  Спина прямая  Устали 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 прямо  Ноги отдохнули.  Уборка инвентаря детьми.  Инструктор надевает шапку Скомороха  Скоморох.  Привет, детвора,        Собирайся народ,        Вас много интересного ждет!        Много игр, развлечений        И веселых движений  на Ярмарку идете, позабавится?  У нас нашей  Ярмарке - движений  всегда проводятся «Богатырские состязания, потехи» Покажем, как состязаются наши русские богатыри |
| II.  О  С Н О В Н А Я  часть  15  мин. | Основные виды движений:   1. игра «Карусель» 2. игра «Утки –гусь» 3. игра «Платочек» 4. «Перетягивание каната» | 2раза  3раза  2раза | «Вот на улице веселье,        Запестрели карусели!        А народ, жужжит, как шмель…       Ах, какая карусель!»  Мальчишки и девчонки, приглашаю прокатиться на карусели  С.: Посмотрите удальцы, что можно купить на нашей Ярмарке, домашних птиц. А в какую игру играет русский народ с этими птицами  Дети: игра «Утки – гусь»  С.: На Ярмарке продают и вещи, вот и мы видим русские платки  В какую игру поиграем с этим предметом?  Дети: игра «Платочек»   С.:  (показывает канат, веревку)  Ребята, что за предмет такой?  Дети: Канат  Давайте померимся силушкой богатырской |
| III.  З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я  часть  3мин | Игра малой подвижности  «Веревочка»  Построение в шеренгу  Подведение итогов занятий  Награждение баранками | 2 мин  1 мин | Понравилось вам на Ярмарке движений?  А в какие мы игры играли? (русские народные)  Угощаю вас баранками,  Чтобы силушка появилась богатырская |