Программное содержание:

1. [Закрепление](http://50ds.ru/logoped/4538-konspekt-frontalnogo-kombinirovannogo-zanyatiya-logopeda-i-psikhologa-na-zakreplenie-proydennogo-materiala-po-teme-glukhie-i-zvonkie-soglasnye.html) выполнения основных видов движения осознанно, быстро и ловко.
2. [Совершенствование](http://50ds.ru/metodist/8493-seminar-sovershenstvovanie-masterstva-pedagogov-na-zanyatiyakh-po-formirovaniyu-elementarnykh-matematicheskikh-predstavleniy.html) навыков метания мячиков в цель.
3. [Обучение детей](http://50ds.ru/logoped/5673-obuchenie-detey-s-obshchim-nedorazvitiem-rechi-v-logopedicheskoy-gruppe.html) сохранению устойчивого равновесия при ходьбе по ребристой дорожке, формируя правильную осанку.
4. [Развитие](http://50ds.ru/sport/6640-polnotsennoe-fizicheskoe-razvitie-i-zdorove-detey.html) моторной ловкости (прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед).
5. [Развитие умения](http://50ds.ru/psiholog/2136-igry-na-razvitie-umeniya-orientirovatsya-v-prostranstve-dlya-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html) слушать музыку, точно выполнять перестроения.
6. Создание положительного эмоционального настроя.

Предварительная работа:

1. Разучивание с детьми загадок.
2. Разучивание элементов аэробики (перестроения из большого круга в малые; перестроения парами; выполнение элемента «Солнышко»).
3. Релаксационное упражнение «Солнечный лучик».
4. Физкультминутка «Солнышко».
5. Расскажи стихи руками: «Ветерок», «Радость».
6. Танец «Цветок» (Музыка Ю. Чичкова, сл. М. Пляцковского).

Пособия и материалы:круг – «Солнышко»; султанчики по 2 шт. на каждого ребенка; обручи – 3 шт.; мячи малые 2-х цветов и корзина для малых мячей; перекладина; ребристая доска.

Ход занятия

*Дети входят в зал и строятся в шеренгу.*
*Занятие начинается с физкультминутки (загадка). Звучит спокойная музыка.*

Физинструктор
Как-то утром, не спеша, *(Ходьба на месте.)*
Надуваем желтый шар, *(Дети дуют и разводят руками.)*
А как выпустишь из рук, *(Поднять руки вверх, хлопок.)*
Станет вдруг светло вокруг. *(Поворот головой вправо, влево.)*
Что это за шар?

Дети: Солнце.

Физинструктор
Покажите свои ладошки солнышку, они стали теплыми. Возьмитесь за руки и подарите тепло своих ладошек друг другу. Молодцы! Мы сегодня отправляемся в «сказочный лес».

Физинструктор
Солнечным погожим днем
Мы в сказочный лес идем.
А в корзинках?.. Что?..
Настроение (радостное, веселое).
Встаньте, встаньте, улыбнитесь,
И в зверяток превратитесь.

I. Вводная часть (2-2,5 мин.)

*Звучит мелодия, исполняются движения по тексту, чередуются с ходьбой.*

Вышли на лужайку
Лисы, волк, медведь и зайки.
У нас славная осанка,
Мы свели свои лопатки.
Мы походим на носках,
А потом на пятках.
Бредет лесной дорогой
Медведь к себе в берлогу.
Пойдем мягко, как лисята,
Заметая след хвостом. *(Ходьба змейкой.)*
И как серый волк, волчище,
Он наклоны делать рад. *(Наклоны вправо – влево.)*
Зайцы рано утром встали,
Весело в лесу играли. *(Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед.)*
Испугались волка зайки,
Побежали скорей с лужайки. *(Бег врассыпную)* Ходьба спокойная, дышим носом.
Состязание ребятки мы начнем сейчас с зарядки. *(Перестроение в три звена.)*

**II. ОРУ (общеразвивающие упражнения)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
|   | И.п. – о.с., руки в стороны.Согнуть руки к плечам, пальцы сжать в кулак.Вернуться в и.п. | 6 раз | Руки прямые. |
|   | И.п. – о.с., руки на поясе.Правую ногу вперед на носок. Руки в стороны.И.п.То же левой ногой.Вернуться в и.п. | 6 раз | Туловище не наклонять вперед. |
|   | И.п. – ноги врозь, руки в стороны.Наклон вперед, коснуться пальцами пола.Вернуться в и.п. | 6 раз | Ноги в коленях не сгибать. |
|   | И.п. – о.с., руки на поясе.Приседания. Руки вперед.И.п. | 6 раз | Спина ровная, колени разведены в стороны. |
|   | И.п. – сидя, ноги скрестить, руки на поясе.Повороты туловища вправо, влево.И.п. | 6 раз |   |
|   | И.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища.Вращение согнутыми ногами «велосипед».И.п. | 6 раз | Ноги поднимать выше. |
|   | И.п. – о.с., руки на поясе.Прыжки на 2-х ногах.Ходьба. | 2 х 10 | Прыгать мягко и легко. |

**III. ОВД (основные виды движения)**

Релаксация. Звуки леса, дети закрывают глаза.

Воспитатель:
Снова мы идем по лесу,
А вокруг так интересно.
*Показ с одним ребенком (метод поточный).*

Мы пойдем, пойдем по тропинке лесной. *(Ходьба.)*
Справа мостик небольшой,
Через мостик мы пройдем. *(Ходьба по ребристой доске, руки в стороны, сохраняя равновесие.)*

Вот полянка, вот лужок.
Веселей шагай дружок! *(Подлезание под перекладину правым-левым боком. Руками не касаться пола.)*

Мы, веселые ребята, любим лазать и играть,
Любим прыгать и метать. *(Прыжки из обруча в обруч, метание мячей из-за головы.)*
Воспитатель:
А сейчас ребята, я предлагаю вам потанцевать. «Цветок». *(Исполнение танца «Цветок» с элементами ритмики).*

**IV. Заключительная часть**

**Подвижная игра «Пустое место».**

Физинструктор
Снова мы идем по лесу,
А вокруг так интересно. *(Восстановление дыхания.)*
Отдохнуть пора, дружок.
Мы расскажем всем  стишок.
Травка стелется к земле,
Ветер с ней играет,
Стебельки чуть-чуть колышет,
Устали не знает.
А в траве растет цветок,
Вот его бутончик,
Раскрывает лепестки
Цветик-колокольчик.
К солнцу тянет лепестки,
Головой качает,
Пчелок яркостью зовет,
Запах распускает. *(Движения по тексту.)*
*Ходьба по кругу и уход из зала. Воспитатель благодарит детей.*
До свиданья, добрый лес,
Полный сказочных чудес.

**Список литературы**

1. Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников. - М.: Издательство «Гном и Д», 2003.
2. Левчук Е.А. Грамматика в сказках и историях. – СПб.: Детство-Пресс, 2004.
3. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. - М.: Творческий центр Сфера, 2002.

**Физкультурное занятие с элементами ритмики**

**«Сказочный лес»**



Физинструктор: Е.А. Гуренко

МБДОУ№8