**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

 **«Центр развития ребенка – детский сад №7»**

 **Конспект итогового занятия**

 **по физической культуре**

 **«Зимние развлечения»**

 **в средней группе**

Подготовила и провела

инструктор по физической культуре

Шаповалова С.Н.

г. Калач

# Задачи: Совершенствовать навыки прыжков через предметы, подбрасывания мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; ходьбы и бега по ограниченной площади.

**Оборудование:** набивные мячи для перешагивания через предметы; мячи «снежки») по числу детей; игрушка – Снеговик.

 **Ход занятия:**

 Построение, проверка осанки, равнение, приветствие.

**I. Вводная часть.**– Ребята, сегодня у нас необычное занятие, послушайте загадку:
 Запорошила дорожки,

 Разукрасила окошки,
 Радость детям подарила

 И на санках прокатила.
- Как вы думаете, что это? (Зима.)
- Ой, посмотрите, кто это к нам пришел? (показывает игрушку – Снеговика)
- Что за нелепый человек пробрался в 21 век?
 Морковка – нос,

 В руке – метла,
 Боится солнца и тепла. (Это Снеговик.)
Снеговик приглашает нас на зимние развлечения, но для начала нам нужно немного размяться.
Упражнения в ходьбе и беге.
• «Легкие снежинки». Ходьба на носочках, руки на поясе.
• «По ледяной дорожке». Ходьба на пяточках, руки к плечам.
• «Через сугробы». Ходьба с высоким подниманием колен.
• «Метет метелица». Легкий бег на носочках.

Перестроение в шахматном порядке.

**II. Основная часть.**- Ребята, давайте со Снеговиком сделаем зарядку.

 Комплекс ОРУ «Зимняя зарядка».

1. «С горки». Фонетическая зарядка. Воспитатель предлагает детям представить, что они катятся на санках с высокой горы. Дети делают глубокий вдох носом. На выдохе произносят: «У – у – ух!»
2. «Погреем плечики». И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны. Обхватить кистями рук противоположные плечи, сказать: «Ох!», вернуться в И.п. (6 раз)
3. «Погреем ноги» И.п – ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять правое (левое) колено, хлопнуть по нему, вернуться в И.п. (6 раз)
4. «Оглянись». И.п – сидя, ноги скрестно, руки у плеч
1-2 – поворот вправо, посмотреть, 3-4 - вернуться в И.п. (по 3 раза в каждую сторону)
5. «Дровосек» И.п. – ноги на ширине плеч, руки вверху, пальцы сложены в замок. Быстро наклониться вперед, пронести руки между ног, сказать: «Ух!», вернуться в И.п. (6 раз)

 6. «Прыжки» И.п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполнить 8 прыжков на месте на 2 ногах, затем – непродолжительная ходьба на месте и вновь прыжки.

- Посмотрите, ребята, пока мы делали зарядку, метель намела сугробы. Давайте мы попробуем их пройти.
Перестроение в колонну по одному.

Основные виды движения :

1.«Перепрыгиваем через сугробы». Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый), высота 5-10 см. повторяется 2-3 раза каждым ребенком.

- Как много снега вокруг, давайте, слепим снежки и поиграем с ними.

2.«Поймай снежок». Бросание снежка вверх и ловля его двумя руками. (Упражнение выполняется 3-4 раза подряд). Дети свободно располагаются по группе на достаточном расстоянии друг от друга.

- А теперь поиграем с вьюгой!

 **Подвижная игра «Вьюга» («Карусель»)**«Завертелась вьюга
Словно карусель.
Медленно сначала,
А потом быстрей.
Ничего не видно,
Все белым-бело.
Наконец-то стихло
Землю замело».

**III. Заключительная часть.**- Сегодня была замечательная прогулка, давайте расскажем про нее.

 *Пальчиковая гимнастика «Зимняя прогулка»*Раз, два, три, четыре, пять, *дети загибают пальчики по одному*
Мы во двор пошли гулять. *«Шагают» указательным и средним пальчиками
 правой руки по ладошке левой руки*
Бабу снежную лепили, *«Лепят» комочек двумя ладонями*
Птичек крошками кормили. *Крошащие движения всеми пальчиками*
С горки мы потом катались, *Ведут указательным пальцем правой руки
 по ладони левой руки.*А еще в снегу валялись. *«Кладут» ладони на воображаемую поверхность
 то одной, то другой стороной.*

Все в снегу домой пришли, *Отряхивают ладошки.*
Съели суп и спать легли. *Движения воображаемой ложкой. Соединяют
 ладони обеих рук и кладут их под щеку.*

- Снеговик прощается с вами, до скорых встреч!