Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 100 города Тюмени

Физическая культура в средней группе по теме недели «Новый год»

***«Поможем снеговику»***

Инструктор по физической культуре:

Туренко Ирина Игоревна

Тюмень, 2018

**Цель:** обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений

Задачи:

1. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

2. Развивать пространственную ориентировку.

3. Приучать к выполнению действий по сигналу, формировать способность к самоконтролю.

4. Формировать познавательные действия, первичные представления об объектах окружающего мира.

**Виды деятельности**: двигательная, игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная.

**Форма организации**: групповая.

**Формы реализации других видов детской деятельности**: игры с речевым сопровождением, слушанье музыки, рассматривание картинок, беседа.

**Планируемые результаты**:

* Способность договариваться, сопереживать неудачам и радоваться успехам других.
* Развитие воображения, которое реализуется в игровой и двигательной деятельности.
* Умение выполнять двигательные упражнения и упражнения дыхательной гимнастики.
* Развитие ловкости , координации движений.
* создание у детей эмоционального настроя.

Содержание образовательной деятельности.

|  |  |
| --- | --- |
| **1 Организационный момент.**- Дети , посмотрите, Кто-то оставил следы . Как выдумаете , кто это мог быть? ( ответы детей.)А чтобы узнать кто это был , мы с вами пойдём по следам и узнаем. | Рассматривают следы на полу.Идут по выложеным следам и попадают в музыкальный зал. |
| 1 часть1Смотрите куда привели нас следы ? ( конверт со Снеговиком)От кого это письмо , как вы думаете?- Давайте посмотрим что внутри него находится?***Дорогие ребята !*** ***Я помогите мне найти Рюкзачок- Снеговичок. Где-то в нашем зимнем лесу я потерял его.***  **Чтобы рюкзачок найти надо в зимний лес пойти ,** **По сугробам прошагать- ноги выше поднимать,** **И по ледяной дорожке на носочках пойдут ножки,****А потом скорей спешите по дорожке пробегите.** **Вам шагать недалеко , рюкзачок найти легко!**2 часть Ребята, смотрите здесь что-то лежит! Да это же подарок от Снеговика рюкзачок- Снеговичок.Что же в нём находится?  Какие-то листы бумаги  Какого цвета дисты бумаги? ( белого)Посмотрите вокруг и назовите предметы белого цвета.А за окном что может быть белым?Смотрите ,тут ещё есть и записка **1** Здравствуйте ребята! Я спортивный снеговик, к снегу к холоду привык. ***Я очень люблю заниматься физкультурой , но ничего кроме бумажных листков не нашёл. Помогите мне , пожалуйста, покажите и напишите мне в письме , какие упражнения можно с листком бумаги и как с ним можно поиграть?***ОРУ1 И.П. О.С обе руки держат лист бумаги внизу. 1- поднимают руки с листом вперед, 2- руки с листом вверх, 3 – опускают руки вперед, 4 – И.П. 6-8 раз.2. И.П. ноги слегка врозь, руки с листочком впереди в прямых руках. 1 – поворот туловища вправо, руки с листочком вправо, 2 – И.П., 3-4 тоже в другую сторону. 6-8 раз.**3.** И.П. О.С., руки с листочком перед собой в прямых руках. 1 - поднять правую ногу, согнутую в колене, коснуться листочка, 2 – И.П., 3-4 тоже с другой ноги. 8 раз с каждой ноги.**4.** И.П. О.С., руки с листочком опущены внизу. 1 – присесть положить листочек на пол, 2 – встать, руки вверх, 3 – присесть, взять листочек, 4 – И.П. 8 раз.**5** И.П. – сидя на полу ноги врозь, руки с листочком опущены вниз. 1 – наклон вперед, положить листочек возле носков ног, 2 – И.П., 3 – наклониться взять листочек, 4 – И.П. 8 раз.**6.** И.П. – стоя на коленях, руки с листочком опущены вниз, 1 – отклониться назад, руки с листочком поднять вперед, 2 – И.П. 6-8 раз.**7.** Прыжки : И.П. ноги вместе, листочек зажать между колен, прыжки на двух ногах, руки на поясе, чередование с ходьбой 2 подхода по 40 прыжков.**8.** И.П. О.С обе руки держат лист бумаги перед собой. Подуть на листок . Носом вдох, ртом выдох . 6-8 раз.**ОВД:**- Ребята, давайте подумаем, как ещё можно заниматься с листком бумаги ? ( носить на голове , сохраняя равновесие, подбрасывать его )А сейчас я разрешу смять этот листок бумаги! 1,2,3,4 мы с тобой что-то слепили Почти круглый , почти гладкий и совсем совсем не сладкий.Получился снежок!Дети сминают каждый свой листочек и делают снежки.**Упражнение «Поиграем со снежком».** 1 Дети, подбрасывают «снежок» вверх и ловят его после хлопка, по 8 раз.(выполняют перебрасывание «снежка » из одной руки в другую)2 Прыжки через снежок3 Как нам прокатить мячик на другую сторону зала не используя руки?Надо встать на четвереньки и подуть на снежок. А теперь надо сложить все снежки в корзинку . Когда будем писать письмо Снеговику мы их отошлём ему , пусть тоже поиграет. **Эстафеты или игра «Снежинки»****( снежинки летайте, летайте , летайте и пары скорее вставайте ( по трое вставайте, и в круг поскорее вставайте)**- А теперь пришла пора,Поиграть нам детвора!*Ребята, а давайте теперь свами посоревнуемся:* *1 эстафета «передача мяча» добежать до ориентира и вернуться, обратно передав мяч следующему, 2 эстафета берем лист бумаги между колен и прыгаем до ориентира и обратно передовая эстафету следущему,3 эстафета положить лист бумаги на голову донести до ориентира и обратно бегом* | Рассматривают письмо В-ль читает текстДети выполняют задание: 1 Ходьба с высоким подниманием колен , руки на пояс2 Ходьба на носочках , кури в стороны3 бег пор залу 2 круга ?4 Ходьба с восстановлением дыханияРассматривают содержимое Рюкзачка.Читают записку.Выполняют упражнения Ответы детейИграют со снежком.Способ организации фронтальный |
| Заключительная часть. Ребята, что то стало очень жарко, а что еще можно сконструировать из листа бумаги, чтобы охладиться.Дети: Веер!Дети и учитель: мастерят из листочка веер,  Надо всем нам из леса возвращаться и написать письмо Снеговику , послать ему подарки из листков бумаги .Сложить по схеме снеговика из снежков | выполняют спокойную ходьбу по залу, обмахиваясь веером. |