

Физкультурное занятие «Елка в кроссовках» в подготовительной к школе группе

Цель: Укрепление и сохранение здоровья детей через физкультурное занятие.

Задачи:

Образовательные: совершенствовать технику основных движений

Закреплять умение сохранять равновесие на ограниченной площади опоры

Развивающие: развивать физические качества (силу, быстроту, ловкость)

Воспитательные: воспитывать умение взаимодействовать в группе в усложненных условиях, желание добиваться поставленных целей

Оборудование и инвентарь:

1. Елка
2. 14 комков бумаги
3. Карточки с заданиями
4. Игровой набор «Островки»
5. Координационная лестница
6. Ключ, замок
7. Тоннель
8. Мягкий кубс цифрами
9. Елочные игрушки 10 шт.
10. 10 игрушек – подарки детям.
11. Корзина для мятой бумаги
12. Картинки для жеребьевки
13. Кроссовки
14. Музыкальный центр, USB носитель.

Ход занятия:

Инструктор: Здравствуйте, ребята

Дети: Здравствуйте!

Сегодня у нас с вами необычный день, у нас много гостей, а раз день необычный, давайте с вами необычно поздороваемся без голоса, а только жестами, кто как умеет (помахать, пожать руку, покивать головой)

Инструктор: Молодцы! Ребята, а вы знаете, какой близится праздник?

Дети: Новый год!

Инструктор: Конечно, Новый год! Без чего, невозможно встретить Новый год?

Дети: Без деда Мороза, елки, Снегурочки...

Инструктор: Да и, правда, ребята, какой же Новый год без елки?

Инструктор: Ребята, идя сегодня к вам в гости, я встретила вот такую елку, и решила, что вы сможете ей помочь.

(елка украшена мятыми бумажками)

Инструктор: ребята, а вам нравится елка?

Дети: не очень, (да, нет)

Инструктор: Мне такая елочка тоже не нравится. Какой-то наряд у нее не праздничный! Вы тоже так думаете?

Дети: Да.

Инструктор: А какой должна быть елка?

Дети: Стройной, красивой, нарядной, с огоньками...

Инструктор: Ребята, а давайте поможем елочке стать красивой и нарядной. Будем елочке помогать?

Дети: Да!

Инструктор: Ребята, давайте начнем снимать с нее эти непонятные украшения. Ой, да тут что-то написано! ***Не лежите на перинке,***

Сделайте, друзья, разминку

Инструктор: Ну что приступим к разминке?

Дети: Да

Инструктор: Направо!

Упражнения в ходьбе и беге под музыку

Ходьба обычная в колонне по одному, ходьба на носках, прямые руки над головой, ходьба обычная в колонне по одному, бег (50 сек), ходьба в колонне по одному, ходьба на пятках, руки за головой, локти в стороны, ходьба в колонне по одному, бег с захлестом голени назад (40 сек), ходьба обычная в колонне по одному, перестроение тройками.

ОРУ под песню из мультфильма «Фиксики» **«Под Новый год»**

Инструктор: чтобы дальше продолжить помогать елочке, поворот направо, и за направляющим в колонну по одному шагом-марш!

Дети перестраиваются в одну колонну.

Инструктор: Ребята, мне кажется, что елочка стала чуточку стройнее, глядя на нас таких спортивных

Дети: да.

Инструктор: но что-то еще ей мешает. Давайте снимем второй комоч.

Инструктор: наверное, и здесь задание для нас написано

Снимает очередной комоч бумаги в котором написано:

«Я потеряла и ключ от ящика с игрушками, помогите найти ключ. Но для начала нужно пройти испытания!»

Инструктор: ну что ж придется немного потрудиться!

Инструктор раскладывает инвентарь и атрибуты.

Сначала нам с вами нужно разделить на команды.

Так как у нас 3 карточки, нам нужно разделить на 3 команды

Инструктор выдает детям карточки – схемы

Каждой команде выдаю схему – маршрут. Посмотрите на карточки внимательно! На карточке изображены геометрические фигуры, первая фигура означает то, с какого задания нужно команде начинать выполнять задания.

Инструктор: Готовы?

Инструктор: Вставайте на место старта, на оборудовании есть метка. Со стороны этой метки нужно построиться команде для начала выполнения задания.

Дети выполняют задания по карточкам, переходя по кругу. (см. приложение).

- 1) Пролезание через «тоннель»
- 2) Прыжки на координационной лестнице
- 3) Упражнение на равновесие «По островкам». Пройти по островкам, расположенным в ряд

Инструктор: ребята, а где же ключ может быть? Может подсказка какая-то есть? Давайте снимем еще один комок. В нем конечно же написано новое задание

*Кирпичи возьмем цветные,
Сложим домики любые,
Даже цирк для публики.
Ведь у нас есть...*

Дети: Кубики!

Инструктор: Смотрите, какой у меня есть куб! сейчас мы с вами поиграем в игру «Прыгай, прыгай и замри»?

Игра с кубиком «Прыгай, прыгай и замри» (3 раза)

Инструктор: ребята, остался еще один комок.

*ключ в бумагу поместила
В какой комок? Забыла.*

Инструктор: дети, посмотрите, внизу висят маленькие комочки. Скорее всего, ключ в каком-то из них! Давайте снимем их! Дети снимают комки бумаги

Инструктор: Ура! Нашли ключ!

Инструктор: отлично, ребята, ключ мы с вами нашли. *Предлагаю детям открыть замок на ящике с елочными украшениями.*

Инструктор: ну что, елочка, мы все твои задания выполнили. Давай, мы теперь тебя нарядим?

Инструктор: чтобы было интересней, нам нужно разделить на 2 команды. Делю детей на команды жеребьевкой (небольшие картинки с нарисованными снежинками и елками по количеству детей для каждой команды)

Инструктор: команда «елочки» строится за островком с елочкой, команда «Снежинки» - за островком со снежинкой.

Игра-эстафета: «Наряди елку»

Инструктор: Ой, ребята! Какая же елочка нарядная стала! Спасибо Вам, что отыскиали елочные игрушки!

Инструктор: Ой, как жарко стало в зале, наверное, и елочке жарко?

Дети, давайте поможем елочке охладиться, давайте встанем вокруг елочки и подует на нее (звучит спокойная музыка).

Инструктор: Молодцы! Чтобы елка всегда оставалась стройной и красивой и у нее остались воспоминания о нашей встрече, предлагаю подарить ей спортивную обувь.

А кто помнит, какая спортивная обувь бывает?

Дети: Кроссовки, кеды, чешки!

Итог занятия: ребята, сегодня у нас с вами получилось целое приключение! Давайте вспомним, чем же мы елочке помогли?

В каком наряде она пришла к нам?

Как вы думаете, елочка осталась довольной?

Инструктор: ребята, елочка вас благодарит за помощь и дарит вам по игрушке, чтобы вы повесили эту игрушку на свою елочку дома, ведь наверняка у каждого из вас дома будет стоять зимняя красавица.

Я в свою очередь говорю вам спасибо! мне было очень интересно с вами. Но пришла пора вернуться в группу. До свидания.

Приложение

