МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕУЧРЕЖДЕНИЕ

ДЕТСКИЙ САД «СКАЗКА»

ОКТЯБРЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Физкультурного занятия с воспитанниками подготовительной к школе группы общеразвивающей направленности по образовательной области: «физическое развитие».

ПО ТЕМЕ: «Бабушкин сундук»

Составила и провела:

инструктор по физической культуре

Цыберт Наталья Витальевна

**с. Боговарово**

**Цель:**

- формирование у детей дошкольного возраста познавательного интереса к русским народным играм через физическую культуру;

**Задачи:**

***Оздоровительные***:

 -Формировать правильную осанку во время ходьбы, бега, упражнений и игр;

-Укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнения упражнений, сердечно - сосудистую и дыхательную системы;

***Образовательные***:

 -Продолжать учить детей играть в подвижные игры;

-Упражнять детей в основных видах движений: прыжки с продвижением вперед, бег с увертыванием;

-Продолжать учить взаимодействовать в команде, быстро ориентироваться в пространстве;

***Развивающие***;

-Развивать физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, силу;

-Развивать мышцы рук, ног, плечевого пояса, туловища;

-Развивать умение двигаться с разной скоростью, уменьшая и увеличивая темп движения, развивать чувство ритма;

-Закреплять навыки самоконтроля и самооценки при выполнении упражнений;

***Воспитательные:***

- Воспитывать интерес и любовь к русским традициям и народным играм.

**Предварительная работа:**

-Расширение активного словаря детей: **(**сундук**,** изба, березовая роща, старина).

-Беседа с детьми о русских народных играх, играх - соревнованиях, об их возникновении, значении и пользе.

-Чтение воспитателем детям русских народных сказок, слушание русских народных песен. Заучивание считалок, дразнилок, диалогов из русских народных игр, подготовка атрибутов к занятию.

**Оборудование:**

-Сундук, мешки для прыжков, маска бабы-яги, лента, корзинка с баранками, свеча – светильник, презентация, русский платок;

**Виды детской деятельности:** игровая, коммуникативная, восприятие художественной литературы и фольклора, музыкальная, двигательная.

**Ход занятия:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание частей занятия** | **Дозировка** | **Организационные указания** | **Методические указания** |
| **Вводная часть** |
| Дети входят в зал, построение в шеренгу***Виды ходьбы и бега.*** | Общая дозировка части – 1,5-3 минуты 2-3 минуты30 сек. | ***Слайд №1.*** *– деревня.***Инструктор:**   -Ребята, сегодня, у нас необычное занятие. В какой стране мы живём? У каждого народа есть свои традиции, свои песни, сказки, народные игры.  А почему эти игры называют народными (Кто их придумал?). Верно, они придуманы простым народом. Русские народные игры пришли к нам из глубокой старины. Много игр придумал наш народ.А какие русские народные игры вы знаете? Предлагаю вам, отправится к бабушке в деревню. В деревне почти в каждой избе есть старый «бабушкин сундук», в котором хранятся разные секреты. Хотите найти бабушкин сундук и узнать все его секреты? **Фонограмма №1 «Разминка»****Инструктор:** -Тогда отправляемся в путь.- Равняйсь! Смирно! Напра-во! -За направляющим, шагом марш!*(дети проходят полосу препятствий)*Дружно по дорожке мы идемСкоро мы в деревню попадем.Идем по лесной тропинке, березовой рощи.Потренируем свои ноги.*(ходьба на носках руки на поясе; ходьба на пятках руки за спиной)*Перешагиваем через бревна.*(ходьба с высоким подниманием колена)*А теперь побежали змейкой между березками.*(бег змейкой в среднем темпе)*А устанем – отдохнем и опять пешком пойдем. Дышим ровно и спокойно. Вот мы руки развели, словно удивились.И друг другу до земли, в пояс поклонились.*(ходьба, упр. на восстановление дыхания)***Инструктор:**  -Мы шли, шли, шли,И в деревню пришли.Мы и дошли до деревни. Вот изба. ***Слайд №2.*** *показ слайда – старой избы в развернутом виде.***Инструктор:**-Зайдем в старую избу. А где же Бабушкин-сундук? Нет сундука. А чтоб сундук найти, нам нужно добры молодцы и красны девицы свою удаль и ловкость показать.  | *Ответы детей.**Инструктор следит за осанкой, и правильным выполнением движений.**Перестроение в три колонны.* |
| **Основная часть** |
| **ОРУ**  **без предметов.****1. Полочка.****2.Хлопушка.****3. Гармошка.****4.Наклоны.****5. Пяточки.****6. Пружинка.** **7.Покружись.****8.Прыжки «Ай да ножки!»** | 8 раз8 раз8 раз8 раз8 раз8 раз8 раз30 сек. |  *ОРУ проводится под русскую народную музыку.****Фонограмма №2 «Барыня»***-И.п. – о.с. Руки перед грудью, предплечья вместе. 1- наклонить голову вправо; 2 – и.п.; 3- наклонить голову влево; 4 – и.п-И.п. – ноги на ширине плеч, правая рука направлена вверх, левая – вниз. Делать скользящие хлопки в такт музыке, нога на пятку в сторону.- И.п. – ноги пятки вместе носки врозь, руки на поясе. Сводить пятки вместе и врозь.- И.п. – ноги пятки вместе носки врозь, руки на поясе. 1-2 наклониться в лево (в право), 3-4 – и.п.- И.п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – ногу на пятку в сторону вправо (влево); 2 – и.п.- И.п. – ноги пятки вместе носки врозь, руки на поясе. 1-3 – полуприсесть, повернуться вправо (влево); 2-4 – и.п.- И.п. – о.с, руки на поясе. Кружение в левую и правую сторону.Дети прыгают ноги вместе, ноги врозь. | *Дети выполнят упражнения по показу инструктора.**Спина прямая.**Руки прямые.**Ноги прямые, колени не сгибать.**Спина прямая.**Спина прямая**Прыжки с чередованием с ходьбой.* |
| **ОВД** **1**.**Прыжки в мешках.** | 1 раз   | ***Слайд №3.*** *показ слайда – сундука.***Инструктор:** -Ребята, вот и сундук нашли! Хотите заглянуть в сундук?(*педагог показывает – сундук)*-Что это, ребята? *(педагог достает из сундука мешок)* **Инструктор:** Раньше в старину проводили игры-эстафеты, прыжки в мешках. Давайте и мы с вами добры молодцы и красны девицы посоревнуемся в ловкости и быстроте. Делимся на команду мальчиков и команду девочек. Мальчики у нас сильные и выносливые, а девочки у нас красивые и смелые.*(проводится эстафета «Прыжки в мешках» под русскую народную музыку)* **Фонограмма №3 «Русская народная музыка».** | *Перестроение в две колонны.* |
| **Заключительная часть** |
| **Подвижная игра**   **«Бабка – Ежка»****Подвижная игра**  **с лентой.****Подвижная игра**  **«Пробеги под платком»****Сюрпризный момент.** *Баранки.***Заключительная ходьба** | 2-3 раза 3-4 раза2 минуты30 сек | **Инструктор:**  Все ребята молодцы, как на грядках огурцы. А мы продолжаем – сундучок открываем! **Инструктор:**А чтоб узнать, что в сундуке хранится, нам нужно отгадать загадку. Слушайте внимательно.*Старуха старая живет в лесу дремучем.**Нос крючком, нога костылем.**Кто к ней попал – тот пропал.***Педагог:**Кто же это?**Дети:**Это Баба Яга.*(педагог достает из сундука маску – бабки – ёжки)***Педагог:**Верно. Давайте поиграем в русскую народную игру, «Бабка - Ёжка». *Игра проводится несколько раз***Игра «Бабка-Ёжка»**Выбирается считалочкой водящий – «Бабка – Ёжка».***Считалочка:****Шла кукушка мимо сети,**А за нею малы дети,**Кукушата просят пить,**Выходи, тебе водить.*Бабка – Ёжка стоит в центре круга, остальные дети идут по кругу и читают дразнилку:*- Бабка – Ёжка, костяная ножка,**- С печки упала, ножку сломала,**- А потом и говорит, у нее нога болит.**- Пошла на улицу – раздавила курицу,**- Пошла на базар – раздавила самовар.**- Побежала в баньку – напугала зайку.*После этого водящий скачет на одной ноге и ловит дразнящих. Дразнящие дети тоже скачут от бабки – ёжки на одной ноге. Кого она поймает, тот занимает место «Бабки-Ёжки», и дразнилка начинает звучать сначала. Игра проводится несколько раз.**Инструктор:**Молодцы ребята и здесь вы показали свою ловкость и силу. Добры молодцы и красны девицы, в сундучке ещё какой то секретик припрятан. *Достает ленту.***Инструктор:**Ребята, я хочу вам предложить поиграть еще в одну русскую народную игру «Игра с лентой».**«Игра с лентой»***- Маша вышла погулять,**- Стала друга выбирать,**- Стала друга выбирать**- Кому ленточку отдать.*После этих слов ребенок с лентой останавливается напротив другого ребенка. Они берутся за ленту и кланяются друг другу.*- Поклонись, поклонись,**- Да за ленточку держись,**- Мы считаем: раз, два, три,**- Ну-ка, ленточку возьми!* После слов «*Ну-ка, ленточку возьми!»*, дети подбрасывают ленту вверх и бегут по кругу в разные стороны. Кто первым прибежал на место и взял ленту в руки тот и становится ведущим. Игра начинается сначала. **Инструктор:** Посмотрите вот еще платок есть в сундуке. Я предлагаю вам поиграть в игру «Пробеги под платком».*Дети идут по круг, взрослые кого накрыли платком тот приветствует друг друга, (обнимаются).***Фонограмма №4 «Русская народная»** **IV. Рефлексия:****Инструктор:**Вот мы и узнали все секреты бабушкиного сундука. Садитесь все в кружок. Сейчас я начну передавать свечу по кругу, и у кого свеча окажется в руках, тот будет рассказывать, что ему сегодня понравилось. Свечу держим двумя руками и передаём её очень аккуратно.*(педагог передает свечу слева направо и задает вопросы детям)*- что тебе понравилось сегодня?- где мы сегодня побывали?- что мы нашли в старой избе?- в какие русские народные игры мы сегодня играли?- какая игра тебе понравилась больше всего?- какая эстафета, соревнование было сложнее?- что тебе было выполнить легче?**Инструктор:**Спасибо вам ребята, что сегодня вы были со мной. Мы побывали в деревне, все секреты бабушкиного сундука узнали. А теперь все вместе давайте задуем свечу.*(дети вместе с педагогом задувают свечу)*Молодцы ребята, но нам пора возвращаться в детский сад. На прощание бабушкин сундук вам приготовил сюрприз – это корзинка с баранками.*(педагог достает из сундука корзинку с баранками)*Мы возьмем ее с собой в детский сад.*(дети под музыку возвращаются в группу)***Фонограмма №5 «Ходьба»** | *Дети становятся в круг лицом. В центре круга стоит ребенок с лентой – это ведущий. Ребенок с лентой начинает ходить по кругу, а остальные дети начинают говорить слова:**Играющие, стоят в два круга, в центре — инструктор с воспитателем в руках платок.*  |