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 минуты  30 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 идем  Скоро 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 раз  8 раз  8 раз  8 раз  8 раз  8 раз  8 раз  30 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 раза  2 минуты  30 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.* |