

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №9 «Светлячок»

143966, Московская область, г.Реутов
пр-т Мира, дом 6
Тел: 8 498 6619993/6619963

ИНН/КПП: 5012080056/504101001
ОГРН: 1135012005446
email: detskysad.9@gmail.com

Конспект открытого занятия по физической культуре

для детей среднего возраста

«Зимние забавы»

Подготовил и провел:

инструктор по физической культуре

Воронков А.С.

Реутов, 2022

Цель: закрепить умения и навыки, полученные на физкультурных занятиях.

Задачи:

- закреплять знания детей о зиме, зимних явлениях;
- обеспечить высокую двигательную активность;
- создать атмосферу положительного эмоционального настроения.

Инвентарь и оборудование: «снежки» - муляжи по количеству детей; мячи по количеству детей; дорожка для профилактики плоскостопия; вырезанный по деталино снеговик – 1 ком, 2 ком, 3 ком, ведро, морковка, глаза; песня "Как бы не было Зимы".

Ход занятия:

Инструктор по физкультуре. Построение. Проверка осанки.

Ребята, у нас на дворе зима. Посмотрите в окно: деревья стоят белые, укутанные снегом, метель намела сугробы. Даже пение птиц сейчас не слышно. Зима принесла морозы и Зимние забавы - игры. Вот и мы сегодня будем веселиться и играть.

Перестроение в колонну

Вводная часть:

- в зимний лес мы шагаем (*идут маршевым шагом*);
- ноги выше поднимаем (*идут высоко, поднимая колени*);
- и поскачут ноги прямо по дороге (*подскоки*);
- скакали, скакали и встали, «Стоп!» (*останавливаются*);
- по узенькой дороге пойдут тихонько ноги (*идут по следочкам*);
- друг за другом побежали и нисколько не устали (*лёгкий бег*);
- и опять шагаем, ноги поднимаем (*обычная ходьба*).

Перестроение в колонну по два

ОРУ (обще развивающие упражнения)

«Зимние забавы»

1. *«Белоснежная зима, снова в гости к нам пришла»*

И.п.: ноги врозь, руки в стороны. 1-хлопок перед собой, руки прямые вперед;
2-хлопок за спиной; 3-4-тоже; пауза – 6 раз.

2. *«Как потрянула рукавом, всё засыпала снежком»*

И.п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки вниз – поочередное поднятие рук.

3. *«Вьюга завела пути, не проехать ни пройти»*

И.п.: ноги врозь, руки на поясе – вдох. 1-2-наклон вперед, достать руками носки ног – выдох; 3-4-и.п. – 6-8 раз

4. *«Вьюга – белая юла, землю снегом замела»*

И.п.: о.с., руки вниз. Быстрый поворот вокруг себя вправо (3-4 раза) и тоже влево.

5. *«Дует ветер ледяной, вьётся кружит снежный рой»*

И.п.: 1-4-выполнять «пружинку» (полуприседания), одновременно руки вперед-назад. Пауза. 4 раза.

6. *«От мороза не дрожим, от мороза убежим»*

И.п.: о.с., руки на пояс. Ритмичный бег на месте, высоко поднимая колени, оттягивая носки; темп средний. На счет 1-10-бег на месте, далее на счет 1-8-спокойная ходьба на месте. Повторить 3-4 раза

Дыхательное упражнение «Сдуй снежинку»

Основная часть

Инструктор делит детей на две колонны, ребята выполняют упражнения:

- *«Поймай снежок»* - бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.

- *Игра «Снежки»* - дети делятся на две команды, находятся по обе стороны площадки; по сигналу перекидывают «снежки» - муляжи, на чьей стороне зала окажется меньше снежков, та команда и выиграла.

Эстафета «Собери снеговика» - чья команда соберёт быстрее снеговика.

Заключительная часть

М/И «Вьюга волнуется раз» - дети становятся в круг, под фонограмму «Метель», инструктор с детьми произносит слова «Вьюга волнуется раз, вьюга волнуется два, вьюга волнуется три – снежная фигура замри!» - ребята делают фигуру.

Построение детей в шеренгу

Рефлексия

Ребята, в какие игры мы играем зимой? Какие игры вам больше всего понравились?

Инструктор по физкультуре. Ребята, вы были сегодня молодцы! Здоровые, весёлые, всё у вас получалось!

Выход из зала под музыку «Кабы не было зимы»