Государственное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 19 имени Героя Советского Союза М.К.Нехаева»

Занятие с детьми средней группы

по физическому развитию

Тема: **«Веселое путешествие»**

Подготовила:

Воспитатель

Станиславова А.Д.

Программное содержание:
Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой.
Интеграция образовательных областей: «физическое развитие», «познавательное развитие», «речевое развитие», «социально-коммуникативное».
Задачи:
Обучающие:

1. Обучать детей ходьбе по скамейке способом подъем-спуск.
2. Совершенствовать у детей ходьбу и бег в колонне по одному.
3. Закреплять навыки в ходьбе на носках, на пятках, семенящим шагом, «по-медвежьи» - с опорой на ладони и ступни.
4. Закреплять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, умение подлезать под шнур.
5. Закреплять навыки преодоления препятствий.

Развивающие:

1. Развивать умения действовать на сигнал, соблюдать правила во время подвижной игры.
2. Развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Воспитательные:

1. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.
2. Воспитывать доброту, отзывчивость, желание помогать другим.

Методические приемы: игровая ситуация, пальчиковая, дыхательная гимнастики, беседа-диалог, анализ, подведение итогов.
Используемые материалы и оборудование: аудиозапись для упражнений, рюкзак с еловыми шишками, гимнастическое бревно, 4 обруча, стойки с веревкой на высоте 50 см, модуль для перешагивания, скамейка, круги-рули по количеству детей, знак «Пешеходный переход», красный и зеленый круги – сигналы светофора.
Ход занятия:
Организационный момент
(Дети заходят в спортивный зал и выстраиваются в шеренгу. Их встречает воспитатель с рюкзаком за спиной.)
Воспитатель: Здравствуйте ребята, вам повезло! Еще бы минута и вы бы меня не застали.
Дети: А почему?
Воспитатель:
Дело в том, что я отправляюсь в путешествие. Вот и рюкзак уже надела.
Не переживайте, мы сейчас что-нибудь придумаем. А может быть мне вас с собой взять? Ребята, вы готовы стать маленькими туристами и отправиться вместе со мной в путешествие?
Дети: Да.
Как вы думаете, кто такие туристы?
(Ответы детей.)

Воспитатель: Туристы - это такие люди, которые ходят в походы пешком, на лыжах, на велосипедах, на байдарках и плотах, спускаются в темные пещеры, поднимаются высоко в горы.

Основная часть

Тогда не будем терять ни минуты. Направо!

(Под музыку дети выполняют следующее - обычная ходьба, ходьба на носках руки на поясе, прямой галоп – «Лошадки», ходьба на пятках руки за спиной, семенящий шаг – «Мышки», «по-медвежьи», бег, дыхательное упражнение «Мыльные пузыри», обычная ходьба, перестроение в две колонны.)

Воспитатель:

Вот и вышли мы на лесную опушку. Солнышко светит, поиграть нас приглашает.

(*Разминка «Солнышко лучистое». Перестроение в круг.***)**

Воспитатель: Ох, устали! Отдохнем немного и продолжим наше путешествие. Как вы думаете, зачем туристу рюкзак?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Правильно, ребята. В рюкзак кладут то, что в походе может пригодиться. Что бы вы взяли с собой в поход?

(Ответы детей.)

Воспитатель: А я в рюкзак положила… (*попросить ребенка засунуть руку в рюкзак и угадать, что в нем.)* Вы правильно угадали. Я в поход взяла еловые шишки. Эти волшебные шишки помогут нам снять усталость. Берите их скорее и садитесь «по-турецки» в круг.

(Проводится пальчиковая гимнастика «Чудесная шишка».)

Мишка по лесу ходил, *(пальчики шагают по коленям)*
Много шишек находил, (удары кулачки-ладошки поочередно)
Много шишек находил, (удары кулачки-ладошки поочередно)
В детский сад нам приносил. (удары кулачки-ладошки поочередно)

Раз, два, три, четыре, пять! (загибают пальчики на обеих руках)
Будем с шишкой мы играть! (хлопают)

Будем с шишкой мы играть, (прокатывание шишки между ладонями)
Между ручками катать!

В ручку правую возьмем (сильно сжимаем шишку в правой руке)
И сильней ее сожмем!

Руку быстро разжимаем, (прокатывание шишки между ладонями)
На ладошках покатаем.

В ручку левую возьмем (сильно сжимаем шишку в левой руке)
И сильней ее сожмем!

Руку быстро разжимаем, (прокатывание шишки между ладонями)
На ладошках покатаем.

Мы закончили катать, (положить шишку на пол)
Будем пальчики считать!
Раз, два, три, четыре, пять! (загибаем пальцы на правой руке)

На другой руке считаем,
Пальцы быстро загибаем.
Раз, два, три, четыре, пять! (загибаем пальцы на левой руке)

1, 2, 3, 4, 5! (Соединяем поочередно пальцы обеих рук
Мы закончили играть.
Пальцы мы не потеряли, (хлопаем в ладоши на каждое слово)
Очень весело играли!

Раз, два, три, четыре, пять –
В путь пора, друзья, опять!

Воспитатель: Отдохнули? Усталости как не бывало. Кладем шишки в рюкзак. Продолжаем наше путешествие.
Впереди нас ждут узкий мостик через ручей, болото, бурелом, холмы и спуски. *(Прохождение полосы препятствий поточным способом.)*
1. «Узкий мостик» - ходьба боком приставным шагом по гимнастическому бревну, руки в стороны.
2. «С кочки на кочку» - прыжки на двух ногах из обруча в обруч с продвижением вперед.
3. «Бурелом» - подлезть под шнур высотой 50см, не касаясь руками пола, перешагнуть модуль, высоко поднимая ноги.
4. «Холмы и спуски» - подъем на скамейку и спуск с нее вправо- влево попеременно.
(Повторить 3-4 раза.)
Воспитатель: Ребята, мы преодолели холмы, передвигались по болоту, прыгая по кочкам, пробрались через бурелом, и перешли узкий мостик через ручей. Путешествовать можно не только пешком, еще можно путешествовать на (чем?)……на автомобиле. Я предлагаю продолжить наше путешествие на чудо-автомобиле. Как вы думаете, что у автомобиля самое главное?

(Ответы детей.)

Воспитатель: А я думаю, что это руль. Возьмите «рули» и скорее сюда, на стоянку. А когда водитель жмет на тормоз?

(Ответы детей.)

Воспитатель: Правильно, когда горит красный свет светофора и когда видит знак «Пешеходный переход» - тормозите, в этом месте дорогу могут переходить люди. Соблюдаем правила дорожного движения. Будьте внимательны! Заводим моторы! Поехали!
(Проводится подвижная игра «Автомобили». Во время поездки воспитатель несколько раз показывает табличку со знаком «Пешеходный переход».)

Воспитатель: Заднее правое колесо спустило. Можно так ехать? Нет, надо колесо накачать насосом. Накачаем колесо.
(Проводится дыхательная гимнастика «Насос».)
1. Руки соединить перед грудью, сжав кулаки.
2. Выполнять наклоны вперѐд-вниз и при каждом пружинистом наклоне делать порывистые вдохи, такие же резкие и шумные, как при накачивании шин насосом (5-7 пружинистых наклонов и вдохов).
3. Выдох произвольный.
(Повторить 3-6 раз.)
Воспитатель: Мы с вами приехали на железнодорожный вокзал. Через несколько минут от перрона отправится поезд. А не продолжить ли нам путешествие на поезде? Кладите «рули». *(Гудок поезда)* Быстро занимайте места в вагончиках *(дети выстраиваются друг за другом).*
(Проводится подвижная игра «Поезд».)
Воспитатель: Ребята, вам нравится путешествовать на поезде. И мне нравится. Смотришь в окошко, а там все меняется! Ой, в моем окошке виден лес. Сосны, ели, какая красивая у нас в России природа! А что в этом окошке? Смотрите, речка, рыбаки ловят рыбу. А что вы видите в своих окошках? Мы проезжаем большие города, многоэтажные дома. Ух ты, едем по улице Строителей. Не может быть! Друзья я вижу наш детский сад «Рябинку». Вот это да! Ехали мы, ехали и в детский сад приехали. Выходите из вагонов.

Заключительная часть

Воспитатель: Вот мы и снова вернулись в детский сад. Мои маленькие туристы, понравилось вам наше путешествие? Как мы с вами сегодня путешествовали? На чем понравилось больше всего? Кто такие туристы? Позовете родителей в путешествие?

Рефлексия

Воспитатель: Молодцы, ребята. Вы были смелыми и выносливыми туристами. После такого путешествия нужно немного отдохнуть. Встанем парами и пойдем с вами в группу.