**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка - детский сад №4»**

**Дальнереченского городского округа г. Дальнереченск**

КОНСПЕКТ НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ «ЗИМНЕЕ ПУТЕШЕСТВИЕ » ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

**Воспитатель:** Лавринчук Мария Юрьевна

г.Дальнереченск

2018г.

**Цель:** формирование основ здорового образа жизни детей.

**Задачи:**

- учить детей подлезать под двумя дугами, в положении стоя на коленях и опираясь на руки;

- упражнять в умении ходить по ограниченной плоскости след в след;

- закреплять прыжки из обруча в обруч, мягко приземляясь;

- развивать ловкость, быстроту реакции в игре «Зайцы и волк», воображение; умение перевоплощаться во время релаксации; силу вдоха во время упражнения на дыхание;

- воспитывать осторожность, взаимопомощь.

**Методы:**

- объяснительно – репродуктивный;

- наглядный метод;

- словесный.

**Приёмы:**

- Создание проблемно – игровой ситуации, голосовая и эмоциональная модуляция, художественное слово, показ практического действия.

- способ организации детей: поточный метод.

**Материал и оборудование:** зимнее оформление зала, игрушка заяц, бутылки с трубочками, мишура, 2 дуги, обмотанные мишурой, снежный вал(обруч), «ледовая дорожка» со следами; белая ткань; маска волка, султанчики .

**Интеграция образовательных областей**: физическое развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие, музыкальное развитие.

**Виды детской деятельности:** двигательная, игровая, социально-коммуникативная, музыкальная.

**Ход НОД:**

**1.ВВОДНАЯ ЧАСТЬ (2-3 МИН)**

**Воспитатель:** - В нашем зале гости нас встречают, улыбки дарят, зайти приглашают. В ответ всем взрослым улыбнитесь, здравствуйте скажите (здороваются) и на меня глазки поднимите.

- Ребята, а вы любите путешествовать? Хотите сегодня отправиться в сказочный зимний лес? Погуляем по лесу, подышим свежим еловым и сосновым воздухом. Предлагаю прямо сейчас осуществить сказочное превращение. Чтобы узнать в кого мы будем превращаться, надо отгадать загадку :

 Длинное ухо, комочек пуха

 Прыгает ловко, любит морковку. (заяц)

Показываю игрушку зайца, ставлю его в середину зала.

Давайте вместе с вами скажем дети: «Раз, два, три повернись - и в зайчишку превратись! (Дети вместе с воспитателем поворачиваются вокруг себя)

**Воспитатель:** - Вот теперь вы не ребята, а шустрые зайчата , а я ваша мама–зайчиха! Подбегайте все ко мне! Собираемся в дорожку, разминаем наши ножки (прыжки на месте)

- Ну-ка, зайки, не ленись, друг за другом становись. Очень ровно нужно стать, слегка головки всем поднять. Плечики расправить, спинки всем поправить.

- А теперь вот друг за другом пошагаем дружным кругом. (ходьба обычная) -

- На носочки встанем, снова зашагаем. (ходьба на носках).

- Впереди лежат сугробы, пойдем, высоко поднимая ноги.(ходьба с высоким подниманием ног)

- Под веточками низкими тихонечко пойдем, немножечко присядем и ветки все пройдем. (ходьба в полуприсяде)

- Лапки нужно нам размять, немного надо пробежать(бег по кругу)

- Впереди видна дорожка, пошагали наши ножки (ходьба по кругу, подходят к елочке)

Воспитатель: - К елочке дорожка привела зайчат, а под елочкой сюрприз, посмотрите, зайки, вниз. (находят султанчики)

- Снежные султанчики вы возьмите, зайчики, круг мы с ними заведем и скорей играть начнем! (образуют круг)

**2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ(12-15 МИНУТ)**

**Общеразвивающие упражнения:**

1.И.п.: «Султанчики к небу поднимаем, снегом землю засыпаем» (1-руки через стороны поднять вверх, опустить, вернуться в и.п.5 раз)

2.И.п.: «Вот поднялся ветерок, полетел вперед снежок»(и.п ноги на ширине плеч -наклон туловища вперед, султанчики в прямых руках, 2-и.п.5 раз)

3.И.п.: «Закружился снегопад, лес такому очень рад» (1-поворот в правую сторону, руки в стороны,2-влево. 2 раза в каждую сторону)

4.И.п. «Ветер снова утихает, снег на землю оседает». И.п.: (1-приседания, руки с султанчиками вперед,2-и.п.5 раз)

5. «Зайки- побегайки, разомните ножки, попрыгайте, зайки, дружно по дорожке» (прыжки в чередовании с ходьбой. По 8 раз и по 2 повторения).

**Воспитатель:** (обращается к детям) - К елочке зеленой зайки подойдите, и снежные султанчики красавице верните (кладут султанчики под елочку)

**Воспитатель:** (обращает внимание детей) - На полянку посмотрите, на полянку вы зайдите. Станем дружно друг за другом и пойдем широким кругом. (шагают по кругу)

**Воспитатель:** - Вот снежный туннель перед вами, зайчата! Пролезть в него нужно аккуратно, ребята. (детям необходимо пролезть под несколькими дугами одинаковой высоты, обернутых мишурой, приняв коленно-локтевую позу. Показ коленно-локтевой позы воспитателя.) Слева от туннеля находится ледовая дорожка.

- Ледовая дорожка видна перед нами, чтоб на льду не поскользнуться, чтобы больно не упасть ,по следам нужно шагать, след в след попадать! (Каждый ребенок должен пройти по дорожке, на которой нанесены следы ног, наступая на следы след в след.) Далее находятся снежные сугробы – 2 обруча.

- Вот снежные сугробы перепрыгнем их- осторожно! Берегитесь, насколько возможно. (Дети прыгают из обруча в обруч.)

( Основные движения выполняются поточным методом).

**Воспитатель:** -Где-то бродит серый волк

 Он в зайчатах знает толк

 На полянке для зайчишек

 Ждет подарок не простой

 Очень полезный (показывает), вот какой!

(показываю белую ткань- снежная нора зайцев)

- Можно зайчикам играть, бегать, прыгать и шагать,

Только волк появится, зайцам нужно спрятаться в норку! Считалочкой выбираю волка из детей(проводится подвижная игра «Зайцы и волк»: ребята ходят по кругу, при появлении волка прячутся под ткань, присев, накрывшись с головой. Игра повторяется 2 раза.)

**Воспитатель:** - Волк ушел, выходите дружно, отправляться в путь-дорогу вам, зайчики, нужно. Вы за мамой зайчихой идите, спинки ровно, вперед вы смотрите (ходьба по кругу) 1 круг

**3.ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (2-3 МИНУТЫ)**

**Воспитатель:** - Ой, ребята, снег пошел, это очень хорошо! Мы покружим как снежинки, легко, нежно, как пушинки.(релаксация «снежинки»)

**Воспитатель:** - Предлагаю вам, зайчата, поиграть еще немножко! Будем делать метель. А делать будем так. Каждый бутылочку со снежком (мишурой) возьмет, в нее подует и получится у каждого своя метелица (упражнение на дыхание)

# Воспитатель: - Раз, два, три, четыре, пять, мы закончили играть. Закройте глазки .Раз, два повернись, и в детишек превратись! Вы не зайчата, а снова веселые ребята. Глазки откройте, оглянитесь, мы попали в детский сад, снова гости здесь сидят.

# Воспитатель:

# -Ребята, вам понравилось в сказочном зимнем лесу?

# Подводится итог НОД, дети отвечают на вопросы:

# Что вам больше всего понравилось?

# В кого вы превратились?

# Кого вы встретили в пути?

# Что делали в лесу? (гуляли, играли, дышали свежим чистым воздухом)

# Воспитатель:

# - Ребята, пока мы с вами гуляли ,играли , дышали чистым воздухом в лесу ,вы наверное проголодались?(дети отвечают).Пора нам возвращаться в группу. Пойдемте пить чай с пирогом. Не забудьте пригласить зайчика на чай!

# Под музыку дети уходят из - зала.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Частизанятия | Двигательноесодержаниефизкультурного занятия | Дозировка | Темп | Дыхание | Организационно-методические указания |
| 1.Вводная часть часть 2-4 мин2.Основная часть 10 мин Комплекс ОРУОсновные движенияПодвижная игра высокой подвижности3.Заключительная часть2-3 мин | Построение, ходьба,Упр. для формирования стопы,ОРУ,- Ходьба,-Бег, РавновесиеПодвижная игра 3.Спокойная ходьба,Дыхательные упр.,-Анализ занятия. | 5-6 повторений | произвольный | произвольное |  |

**Использованная литература:**

Л.Д. Глазырина «Физическая культура-дошкольникам. Программа и программные требования». М. «Владос» 2004.

Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятии с детьми» М. «Просвещение» 1988.