

## Конспект непосредственно образовательной деятельности

Инструктор по физической культуре

Князева Анастасия Андреевна

**Возраст детей:** средняя группа (4 – 5 лет)

**Тема:** «Путешествие в зимний лес»

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья детей;

**Задачи:**

1. Обогащать знания детей о зиме и зимней природе;
2. Развивать физические способности детей;
3. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге;
4. Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры;
5. Развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.

**Материал и оборудование:** Спортивное оборудование: гимнастическая скамейка, бруски (в - бсм), шнур;  
Дидактический материал: снежинки, снеговичек (игрушка).

1. Организационный момент		
Дети заходят в зал друг за другом и строятся в одну шеренгу. Приветствие.		
Деятельность детей	Деятельность педагога	Примечание
Ответы детей: Да!	- Снег просыпала зима На деревья, на дома. Снег искристый, Снег пушистый – На дворе бело и чисто!  - Ребята, вы любите зиму?	
Ответы детей: Потому что зимой Новый Год, зимой можно кататься на лыжах и т.д.	- А почему все любят зиму?	
	- Как выглядит земля зимой?	

<p>Ответы детей: Земля зимой белая.</p> <p>Ответы детей: Белый.</p> <p>Ответы детей: Да.</p> <p>Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дети по лесу гуляли, за природой наблюдали – ходьба друг за другом;</li> <li>2. Вот березка стоит, на ребят она глядит – ходьба на носках, руки вверх;</li> <li>3. Тут медведь в берлоге спит, очень сильно он храпит – ходьба на пятках, руки вверх;</li> <li>4. Через сугробы мы шагаем, выше ноги поднимаем – ходьба с высоким подниманием колен;</li> <li>5. Дети в сугробе тропку протоптали – ходьба приставными шагами правым боком, затем левым боком;</li> <li>6. Я зимы не боюсь, очень быстро пробегусь – бег в колонне друг за другом;</li> <li>7. Мы на лыжи дружно встали, и быстрее побежали – имитация ходьбы на лыжах;</li> <li>8. По дороге зимней, гладкой, побежали как лошадки – бег с высоким подниманием бедра;</li> <li>9. Вот мы шли, шли в зимний лес пришли – ходьба друг за другом;</li> </ol>	<p>- А какой лес стоит зимой?</p> <p>- Вы хотите попасть в зимний лес?</p> <p>- Давайте отправимся в зимний лес.</p>	<p>Работа в обход по залу. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. В эту часть входят различные варианты ходьбы, бега и прыжков (несложные игровые задания).</p>
<b>2. Основная часть</b>		
<b>Деятельность детей</b>	<b>Деятельность педагога</b>	<b>Примечание</b>
	<p>- Вот мы и в зимнем лесу, смотрите какая зимняя полянка. Когда приходят холода</p>	<p>Перестроение в 2 шеренги, на расстоянии вытянутых рук.</p>

<p>Ответы детей: Снежинка!</p> <p>Комплекс ОРУ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, снежинка в обеих руках, хват сбоку. 1 – снежинку вперед; 2 – снежинку вверх; 3 – снежинку вперед; 4 – в и.п.</li> <li>2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, снежинка в правой руке. 1 – поворот вправо, взмахнуть снежинкой; 2 – в и.п. Переложить снежинку в левую руку, то же повторить влево.</li> <li>3. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, снежинка в обеих руках перед собой, хват сбоку. 1 – присесть, снежинка вперед; 2 – в и.п.</li> <li>4. И. п. – стойка ноги вместе, снежинка в правой руке, левая рука на поясе. Прыжки на двух ногах на месте.</li> </ol> <p>Основные виды движений:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе.</li> <li>2. Прыжки через бруски.</li> <li>3. Равновесие – ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</li> </ol>	<p>Кружит она, летает. Она красива, как звезда, А на ладошке тает. Что же это такое я вам загадала?</p> <p>Ребята давайте немного поиграем со снежинками!</p> <p>- Посмотрите, мостик впереди, давайте пройдем по нему.</p> <p>- Вот мы с вами и прошли по мостику. Ой, ребята посмотрите, перед нами сугробы, их нам нужно перепрыгнуть.</p> <p>- А теперь тропинка узкая, по ней нам нужно очень осторожно пройти.</p>	<p>Основная часть способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия.</p> <p>В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Также в эту часть входят подвижные игры, несложные игровые задания, эстафеты. Игра способствует закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений. Разнообразные игровые действия развивают ловкость, быстроту, координацию движений, а также благоприятно влияют на эмоциональное состояние детей.</p> <p>Перестроение в 1 шеренгу.</p>
---	--	--

<p>Ответы детей: катаемся на лыжах и на санках, играем в снежки, лепим снеговика и т.д.</p> <p>Подвижная игра «Снеговик».</p> <p>Я веселый снеговик, К зиме, к холоду привык, Снеговик я не простой, Я веселый, озорной, Очень я люблю играть, Бегать, прыгать, догонять!</p> <p>Дети, держась за руки, идут по кругу и проговаривают слова. Водящий – снеговик, ходит в кругу. После слова догонять дети разбегаются, снеговик догоняет. Кого снеговик поймал, присаживается на стульчики.</p>	<p>- Ребята, а чем мы зимой занимаемся на улице?</p> <p>- Я вам предлагаю поиграть в одну замечательную игру «Снеговик».</p>	<p>Перестроение в круг.</p>
---	--	-----------------------------

### 3. Заключительная часть

Деятельность детей	Деятельность педагога	Примечание
<p>Игра малой подвижности «Найдем снеговичка».</p> <p>Педагог заранее прячет в каком-либо месте игрушечного снеговичка. Тот, кто заметит, где находится игрушка, подходит и тихо ему это говорит, когда большинство детей справится с заданием, педагог разрешает подойти к игрушке и принести ее.</p> <p>Ответы детей: До свидания!</p>	<p>- В заключении нашего занятия, мы с вами найдем снеговичка, он тут спрятался до нашего прихода.</p> <p>- Ребята, ну а нам пора возвращаться из зимнего леса. Этот снеговичек отправится вместе с вами в группу! До свидания, ребята!</p>	<p>Заключительная часть обеспечивает ребенку постепенный переход от возбужденного состояния к относительно спокойному.</p>