

Тема «На каждой станции сойду»

Цель: преодоление недостатков психомоторного развития детей средствами физической культуры.

Задачи:

Оздоровительные:

- способствовать тренировке дыхательной и сердечно сосудистой систем детей;

Обучающая:

- содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой через разминку «У жирафа пятна».

Развивающие:

- развивать прыгучесть, а так же ориентировку в пространстве через подвижную игру «Два и три»;

- развивать память, внимание через игровое упражнение «От понедельника до воскресенья»;

- развивать умение сочетать речь с движением через игру «Жаворонок».

Воспитательные:

- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности в движениях.

Оборудование: магнитофон, свисток, фитболы по количеству детей, стойки, длинная скакалка, колокольчик.

Инструктор: Ребята, вы любите путешествовать? На чем бы вы хотели отправиться? (ответы детей на машине, самолете.....). Я вам предлагаю путешествие на поезде, вы будете пассажирами в «вагончиках», а я – «машинист» буду управлять поездом. Мы выйдем на станции «Спортивная» и поиграем в разные игры.

А теперь нам пора - вставайте друг за другом и двинемся в путь. Готовы? Машинист готов? Дети идут и говорят «Чух, чух, чух», притопывая ногами.

Инструктор: Поиграем в игру «Найди свой цвет» (*Звучит музыка «По дороге с облаками»*).

Детям раздаются ленточки красного, желтого цвета, на полу лежат 2 обруча в разных концах зала. Вставайте, ребята, вокруг обручей - это солнышко. Звучит музыка вы разбегаетесь по залу, не наталкиваясь друг на друга, на сигнал «Найди свой цвет» подбегаете к обручу и выкладываете ленточки –«лучики солнца».

Инструктор: А сейчас я предлагаю игру «Два и три». (*Музыкальное сопровождение «Облака - белогривые лошадки»*).

Инструктор: Берите мячи, которые вам нравятся.

П/и с фитболом «Два и три». Под музыку вы прыгаете на мячах в разных направлениях. Когда я назову число 2 или 3 быстро соберетесь в круг по двое или трое. (*Прыгайте, но будьте внимательны*).

Инструктор: Я приглашаю вас на следующую игру которая называется «Козочка»

Хороводная игра: «Козочка»

Цель: развитие подражательности, творческого воображения.

Я козочка Ме-ке- ке, я гуляю на лужке.	Идут по кругу.
Острые рожки, тоненькие ножки.	Показывают «рожки», прыгают на носочках.
На самой макушке бархатные ушки.	Ладонками показывают «ушки».
Язык полотняный	Показывают язык «лопатой».
Хвостик конопляный...	Показывают «хвостик».
Как прыгну - сразу забодаю.	Прыгают, «бодаются».

П/и « На лесной лужайке разбежались зайки»

Инструктор: Ребята, а я предлагаю вам интересное упражнение с цветными прищепками....

– *упражнениям с прищепками.*

«Гусь»

Гусь крикливый,

С длинным носом,

Шея словно знак вопроса.

Гусь идёт гулять в луга

И гогочет: «Га-га-га!»

Инструктор: Я предлагаю музыкальную разминку «**У жирафа пятна есть**».

(под веселую музыку по показу инструктора дети выполняют разминку – танцевально-ритмические движения « У жирафа пятна есть».

Инструктор: Наше путешествие подошло к концу. Нам пора возвращаться в детский сад. Садитесь в поезд. Поехали в группу.