Детский сад «Аленький цветочек»

государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 11 города Кинеля городского округа Кинель Самарской области

**Конспект**

**проведения утренней гимнастики «Самосвал»**

**по сюжету стихотворения А.Барто «Жил на свете самосвал»**

**с детьми средней группы детского сада «Аленький цветочек»**

**ГБОУ СОШ № 11 г. Кинеля**

**Инструктор по физической культуре**

**Мельникова О.П.**

**Интеграция образовательных областей:**

Приоритетная область: «Физическое развитие»

Интеграционные области:

-«Социально-коммуникативное развитие»,

-«Речевое развитие»,

-«Познавательное развитие»,

- «Художественно-эстетическое развитие».

**Цель:**

Способствовать укреплению здоровья детей.

Подготовка организма дошкольников к плодотворной работе в течение дня в детском саду.

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

Повысить жизнедеятельность организма ребенка, активизировать деятельность сердечной, мышечной, дыхательной системы; активизировать работу внутренних органов и органов чувств.

Способствовать формированию правильной осанки, предупреждению плоскостопия.

С помощью музыкального сопровождения гимнастики создать у ребят бодрое, хорошее настроение, оказать благотворное влияние на нервную систему.

**Образовательные:**

Совершенствовать навыки детей, полученные на занятиях по физической культуре.

Формировать физические качества: ловкость, силу, выносливость, гибкость, координацию движений

Закрепить знания детей о транспорте.

**Воспитательные:**

Воспитывать привычку к ежедневным физическим упражнениям.

Формировать здоровый образ жизни.

**Методы и приемы:**

- Практические

- Наглядные

- Словесные

**Дата проведения: 27 января 2016 года**

**Место проведения:**

Физкультурный зал детского сада «Аленький цветочек» ГБОУ СОШ № 11 г. Кинеля

**Форма одежды:**

Спортивная: футболка, шорты, носки, чешки.

**Длительность утренней гимнастики** 8 минут.

**Материалы и оборудование:**

Музыкальный центр, флеш-накопитель, руль.

**Музыкальное сопровождение:**

Песня «Бибика» в исполнение группы «Волшебники Двора»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части | Содержание | Темп дозировка | Дыхание | Методические указания |
| IIIIIIIV | Построение в шеренгуХодьба в колонне по одномуХодьба на носкахХодьба на пяткахХодьба, высоко поднимая колениХодьба с остановкой на сигналХодьба с изменением направленияБег, обозначая углыХодьба обычная. Построение в звеньяКомплекс упражнений «Самосвал»1. Упр. «Посмотри в окно»

И.п. Ноги на ш.с., руки с рулем опущены- Поднять руль вперед,- Поднести к лицу, посмотреть в отверстие-Руки вытянуть вперед- Вернуться в и.п.2. Упр. «Едем на самосвале»И.п. Ноги на ш.п., руки у груди- Присесть, руки вытянуть вперед- Вернуться в и.п.3. Упр. «Самосвал застрял»И.п. Ноги на ш.п., руки у груди- Повернуться вправо (влево), руки вытянуть вперед- Вернуться в и.п.4. Упр. «Ремонт»И.п. Ноги на ш.п.,Руки у груди.- Наклон вперед, рулем потянуться к носочкам ног, колени не сгибать.- Вернуться в и.п.5. Упр. «Снова в путь»И.п. то же. Прыжки на месте чередовать с ходьбойХодьба обычнаяХодьба по кругуБег врассыпнуюСпокойная ходьбаДыхательное упражнение «Би-би!» | 4-6 раз в среднем темпе.4-6 раз в среднем темпе.4-6 разВ среднем темпе4-6 раз в среднем темпе15 секунд | ВдохВыдохВдохВыдохВыдохВдохВыдохВдохВыдохВдох | Следить за осанкой и дыханием.Жил на свете самосвал, он на стройке побывал, подкатил с утра к воротам, сторожа спросили: «Кто там?»Молодчина самосвал, где он только не бывал!Он кирпич возили гравий, а вчера застрял в канаве.Буксовал он, буксовал, еле вылез самосвал. Говорит: - Меня не троньте, я сегодня на ремонте.Самосвал сигналит громко: «У меня сейчас поломка! Но с утра я снова в путь, и приеду как-нибудь!» |