

Конспект физкультурного занятия для детей средней группы «Путешествие в страну автомобилей»

Учить детей:

- ходить по залу врассыпную, мелким шагом, с перешагиванием через шнур, на четвереньках с опорой на стопы и ладони; формировать правильную осанку во время ходьбы, бега, упражнений и игры; укреплять мышцы верхнего и нижнего плечевого пояса; развивать двигательные качества; приучать действовать по сигналу; воспитывать умение двигаться в коллективе, согласовывая свои движения с действиями сверстников; создавать благоприятную обстановку.

Материалы и оборудование: конусы (4 шт.), косички 3 шт., мостик -15 см., свисток, картинки машинок.

Ход занятия.

1. Вводная часть.

Построение, приветствие.

- Здравствуйте ребята! Я рада приветствовать вас в спортивном зале. Я знаю, что вы любите играть, и сейчас я хочу предложить вам поиграть в игру.

Проводится игра «Хлопните в ладоши те, кто...».

- Хлопните те, кто любит играть в машинки?
- Хлопните те, кто приходит в детский сад пешком?
- Хлопните те, кто приезжает в детский сад на автобусе?
- Хлопните те, кого привозят в детский сад на машине?
- Хлопните те, кого сегодня привела мама?
- Хлопните те, кого сегодня привел папа?
- Хлопните те, кто приходит в детский сад один, без взрослых?

- Посмотрите, ребята, сейчас никто не хлопнул, это значит, что все вы приходите в детский сад вместе со взрослыми, с мамой или папой, с бабушкой или дедушкой. Как вы думаете, почему? (ответы детей).

Правильно, мы с вами знаем, что улица, дорога – это место, где надо быть очень внимательными, чтобы не случилось беды.

Вспомните, как называются правила, которые должны соблюдать люди, если они собираются выйти на улицу и куда-нибудь пойти или поехать? (ответы детей). Правильно, это - правила дорожного движения.

Ребята сегодня мы с вами превратимся в автомобилистов отправимся в волшебную страну, где живут автомобили, и узнаем некоторые правила дорожного движения.

Ходьба на носках и пятках

Ходьба змейкой

Водители в колонну за направляющим становись! Шагом марш! А сейчас мы потренируем свои ноги. А сейчас мы садимся в автомобиль и выезжаем из гаража, объезжаем столбики. *Имитировать езду на автомобиле.*

	- «Качу, лечу во весь опор, я сам – шофер, я сам – мотор Нажимаю на педаль – и машина мчится в даль»
Медленный бег	- А теперь мы едем по дороге, ускоряемся, нажимаем на газ и бежим друг за другом, но помним, что обгонять на дороге других запрещено, а также соблюдаем дистанцию между автомобилями. И внимание, впереди пешеходный переход надо ехать медленнее
Подскоки	Но вот начинается неровная дорога, на пути нам попадаются кочки и ямы. Выполняем подскоки.
Ходьба по кругу с восстановлением дыхания	Вот мы с вами приехали на автодром, здесь мы будем выполнять упражнения, проверим наши умения.

2. Основная часть

ОРУ «Автомобилисты»

- Ребята мы отлично прокатились на автомобилях, теперь необходимо проверить исправность машин.

1. «Проверим щетки (дворники)» 4-6 раз

и. п. ноги врозь, руки вперед, согнуты в локтях

1 – наклонить руки вправо,

2 –вернуться в и. п.,

3-4 –то же влево.

2. «Что сломалось?» 4-6 раз

и. п. ноги на ширине ступни, руки на поясе

1 -2–присесть, посмотреть по сторонам,

3-4 –вернуться в и. п.

3. «Накачиваем колеса» 5-6 раз

и. п. ноги на ширине ступни, руки у груди

1 –наклон вперед – вниз, руки выпрямить,

2 вернуться в и. п.

4. «Проверяем тормоза» 5-6 раз

и. п. сидя, ноги согнуты в коленях, руки в упоре

1 –выпрямить правую ногу,

2 – вернуться в и. п.,

3-4 –то же левой ногой.

5 «Погремся» 2-3 раза

и. п. ноги на ширине ступни, руки на поясе

Прыжки на двух ногах на месте.

-Машины все проверены, можно продолжать движение на автомобилях.

Перестроение в две колонны.

Основные виды движений:

Все задания выполняются поточным способом двумя колоннами 2 - 3 раза.

Ходьба с опорой на ладони и стопы, повернутые внутрь змейкой между конусами.

Прыжки через косички 3 шт.

Ходьба по мостику - высота 15 см. (руки в стороны, голову не опускать, в конце мостика сделать шаг вперед – вниз, не прыгать)

Подвижная игра «Юные автомобилисты»

Все автомобили, дети, стоят на одной стороне зала – это гараж. По сигналу воспитателя, автомобили выезжают из гаража и катаются, бег на носочках. Очередной сигнал воспитателя возвращает автомобили в гараж.

3. Заключительная часть.

- Какие вы молодцы, справились со всеми заданиями. Главное, вы растете грамотными и знаете Правила Дорожного Движения для автомобилистов. Вы твердо усвоили, что правила нужно не только знать, но и выполнять для собственной безопасности.

Релаксация: «Себя мы успокоим сами,

Мы постоим с закрытыми глазами»

И.п. – о.с. –расслабить мышцы, закрыть глаза (3-5 сек.)

- Вот и закончилось наше путешествие по городу

На дорогах трудностей так много, без сомненья,

но бояться нет у нас причин, потому что правила дорожного движения

Есть для пешеходов и машин.