Филиал Муниципального автономного общеобразовательного учреждения Тоболовская средняя общеобразовательная школа -

Карасульский детский сад

**Конспект образовательной деятельности по физическому развитию в**

 **подготовительной группе «Бабушкин сундук»**

Воспитатель: Кривопалова М.С.

п. Октябрьский, 2019 г.

**Область:** Физическое развитие

**Интеграция областей:** Физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие, речевое развитие.

**Виды детской деятельности:** игровая, коммуникативная

**Цель:** Приобщение детей старшего дошкольного возраста к физической культуре посредством русских народных игр.

**Задачи:**

- разучить комплекс ОРУ со стульями;

- формировать правильную осанку во время ходьбы, бега, упражнений и игр;

- совершенствовать двигательные навыки в подвижных играх;

- совершенствовать навыки отбивания мяча от пола, двигаясь «змейкой»;

- совершенствовать навыки пролезания в обруч прямо и боком, не касаясь края обруча и пола руками.

- воспитывать интерес и любовь к русским традициям и народным играм.

**Оборудование и материалы:** сундук, макет избы, стулья по количеству детей, санки, мячи 2 шт., обруч, фишки (ориентиры), платок, валенок, книга со сказками.

**Методические приемы:** наглядные, практические, игровые, словесные, сюрпризный момент.

**Предварительная работа:**

**-** расширение активного словаря детей:(сундук**,** изба, березовая роща, старина).

- беседа с детьми о русских народных играх, об их возникновении, значении и пользе.

- чтение русских народных сказок, слушание русских народных песен. Заучивание считалок, дразнилок, диалогов из русских народных игр.

- Подготовка атрибутов к ООД.

**Ход**

**I. Организационный момент:**

**Воспитатель:**

*Дети входят в зал. Построение в одну шеренгу.*

Здравствуй, небо голубое, *(тянут руки вверх)*

Здравствуй, солнце золотое, *(очерчивают круг руками)*

Здравствуй, легкий ветерок, *(покачивают руками над головой)*

Здравствуй, маленький цветок, *(присели)*

Здравствуй утро, здравствуй день, *(встали)*

Нам здороваться не лень.

Здравствуйте, добры молодцы и девицы - красавицы.

**II. Вводная часть:**

**Воспитатель:** Ребята, сегодня нас ждёт путешествие в далёкое прошлое и собрались мы, чтобы вспомнить старину, поиграть в русские народные игры, в которые играли ваши бабушки и дедушки. Предлагаю вам отправится в русскую деревню.

**III. Основная часть:**

**Воспитатель:** Отправляемся в путь?

- Равняйсь! Смирно! Напра-во!

За направляющим, шагом марш!

 Дружно по дорожке мы идем

 Скоро мы в деревню попадем.

Идем по лесной тропинке, березовой роще.

*(ходьба на носках руки на поясе; ходьба на пятках руки за спиной)*

Перешагиваем через бревна.

*(ходьба с высоким подниманием колена)*

Теперь перепрыгиваем через кочки.

*(прыжки)*

Проходим под низко растущими деревьями.

*(ходьба в полуприсяде)*

Отводим ветки в стороны, чтобы пройти по дорожке.

*(ходьба с разведением рук в стороны)*

А теперь побежали змейкой между березками.

*(бег змейкой в среднем темпе)*

Повернулись, боком встали и галопом побежали.

*(боковой галоп)*

А устанем – отдохнем и опять пешком пойдем.

Дышим ровно и спокойно.

Вот мы руки развели, словно удивились.

И друг другу до земли, в пояс поклонились.

*(восстановление дыхания)*

**Воспитатель:**

Мы шли, шли, шли,

И в деревню пришли.

 А вот изба. Зайдем? В деревне почти в каждой избе есть старый «бабушкин сундук». А для чего он служил? (ответы). Правильно. Быть может в нем какие-то секреты для нас?

В заветный бабушкин сундук

Ты загляни, любимый внук:

Любая вещь из сундука –

Народной истории строка.

*(воспитатель открывает сундук и достает санки)*

 Ребята, совсем скоро наступит зима, а как говорится в русской народной пословице «Готовь сани летом, а телегу зимой». Предлагаю проверить наши санки и вспомнить, как мы на них катаемся.

*По сигналу воспитателя дети расходятся по стульям*.

*(Стулья расставляются заранее в 2 ряда спинками вперёд)*

**ОРУ «Саночки» (со стулом)**

1. ***«Изучаем дорогу»*** - и.п.: сидя на стуле, руки на спинке стула, хват с боков.

1 – поворот головы вправо, ладонь правой руки приложить ко лбу.

2 – и.п.

3 – поворот головы влево, ладонь левой руки приложить ко лбу.

4 – и.п.

2. ***«Варежки»*** - и.п.: стоя на полу, руки спрятать за спину.

1 – вытянуть руки вперед – «показать варежки».

2 - спрятать за спину.

3, 4 – повторить.

3. ***«Проверка санок»*** - и.п.: стоя на полу, поднять руки вверх.

1 - наклониться вперед, коснуться ладонями сиденья – «проверить исправность санок».

2 - выпрямиться, руки вверх.

3, 4 – повторить.

4. ***«Крутой спуск»*** - и.п.: сидя на стуле, руки на спинке, хват с боков, ноги

стоят на полу.

1- наклон вправо.

2 – и.п.

3 – наклон влево.

4 – и.п.

5. ***«Спуск с горы»*** - и.п.: сидя на стуле, руки на спинке стула, хват с боков.

1 – поднять прямые ноги вперёд.

2 – поставить ноги на пол.

3,4 – повторить.

6*.* ***«Осмотр санок»*** - и.п.: стоя за стулом, держаться руками за спинку стула

(перевернуть стул спинкой к себе)

1 - присесть, держась за спинку стула сверху – «заглянуть под санки».

2 – встать.

3,4 – повторить.

7. ***«Смазка полозьев»*** - и.п.: сидя на полу, одна нога под стулом, другая

согнута в колене. Поменять положение ног на счёт.

8. ***«Прыжки»*** - и.п.: стоя на полу, руки на спинке стула. Прыжки на месте

на 2 ногах – «радуемся».

9. ***«Нос вдохнул – рот подул»*** - и.п.: стоя, ладони прижаты к груди, локти разведены в стороны. Вдох через нос, руки развести в стороны, выдох через рот, руки в и.п.

**Воспитатель:** Наши саночки мы поставим к стене. Давайте посмотрим, что же ещё есть в сундуке.

*(дети убирают стулья к стене и подходят к сундуку)*

 *(воспитатель достаёт книгу со сказкой «Колобок»)*

 В старину русский народ развлекал себя тем, что придумывали различные сказки, которые потом и стали называться русские народные, одна из самых любимых сказок, это сказка «Колобок». Как вы думаете, а что в нашем зале напоминает героя этой сказки? (ответы детей). Предлагаю поиграть!

*(дети строятся в шеренгу, затем расходятся в 2 колонны)*

**Эстафета с мячом**

 По команде первые начинают передвигаться вперед, обходя препятствия, отбивая от пола мяч, возвращаются назад, передают его следующему в команде, встают в конец колонны и принимают правильную осанку. Выигрывает команда, финишировавшая первой.

**Воспитатель:** Молодцы, ребята! Заглянем снова в бабушкин сундук? Что же это? *(достает из сундука дырявый валенок).* Что произошло? Что нужно сделать (как мы можем это исправить)? (ответы детей). Мы будем с вами иголочкой, которая тянет ниточку.

*(дети строятся в шеренгу)*

**Командная игра «Подошьём валенки»**

 Дети, держась друг за друга, бегут прямо, пролезают в обруч. Возвращаются обратно «змейкой» между стойками, поставленными в 1 ряд.

**Воспитатель:**  Посмотрим, что еще находится в сундуке? *(достать из сундука платок)*. Платок служил не только головным убором, как вы думаете, где он мог ещё применяться? *(в играх)*. Молодцы, ребятки! Добры молодцы и красны девицы, как говорится «делу время, а потехе час». Предлагаю вам поиграть в русскую народную игру «Жмурки».

**«Жмурки»**

 Одному из играющих - жмурке завязывают глаза, отводят его на середину зала и просят повернуться несколько раз вокруг себя.

По сигналу участники игры разбегаются, а жмурка их ловит. Кого он поймал, тот становится жмуркой.

**Дыхательная гимнастика:**

 Мы играли, мы играли,

 Много нового узнали.

 Ручки тянем высоко

 Вот как дышится легко!

**Воспитатель:** Ребята, на Руси еще говорили так: «Играй, играй, да отдых знай!» И нам тоже необходимо отдохнуть. Дети ложатся на ковер.

**Заключительная часть:**

**Релаксация «Волшебный сон»**Реснички опускаются,
Глазки закрываются,
Мы спокойно отдыхаем,
Сном волшебным засыпаем.
Хорошо нам отдыхать,
Но пора уже вставать.
Крепче кулачки сжимаем,
Их повыше поднимаем,
Потянулись, потянулись,
Улыбнулись.

*(дети располагаются кругом на ковре)*

**IV. Рефлексия:**

**Воспитатель:** Вот мы и узнали все секреты бабушкиного сундука.

- что вам понравилось сегодня?

- где мы побывали?

- в какие русские народные игры мы сегодня играли?

- что было трудно?

Спасибо вам ребята, что сегодня вы были со мной. На прощание бабушкин сундук вам приготовил сюрприз – это корзинка с баранками.

**Воспитатель:**

 «В гостях хорошо, а дома - лучше!» Пора нам возвращаться в группу.

Построение в шеренгу! Спокойная расслабляющая ходьба по залу 1 круг

За направляющим в обход по залу шагом марш!