

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад №7»**

**Презентация итогового занятия  
по физической культуре  
«Зимние развлечения»  
в средней группе**

**Подготовила и провела  
инструктор по физической культуре  
Шаповалова С.Н.**

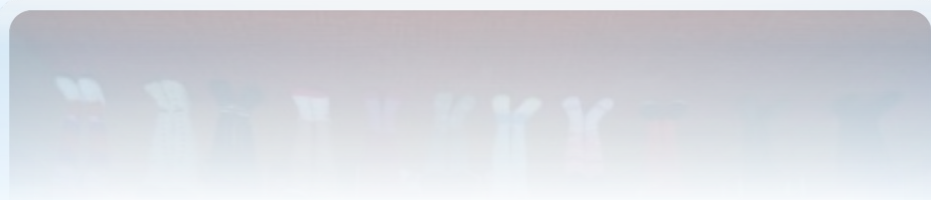
**г. Калач**

**Задачи:** Совершенствовать навыки прыжков через предметы, подбрасывания мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; ходьбы и бега по ограниченной площади.

**Оборудование:** набивные мячи для перешагивания через предметы; мячи «снежки») по числу детей; игрушка – Снеговик.

## Ход занятия:

Построение, проверка осанки, равнение, приветствие.



## **I. Вводная часть.**

– Ребята, сегодня у нас необычное занятие,  
послушайте загадку:

Запорошила дорожки,  
Разукрасила окошки,  
Радость детям подарила  
И на санках прокатила.

- Как вы думаете, что это? (Зима.)
- Ой, посмотрите, кто это к нам пришел?  
(показывает игрушку – Снеговика)
- Что за нелепый человек пробрался в 21 век?  
Морковка – нос,  
В руке – метла,  
Бойтся солнца и тепла. (Это Снеговик.)

Снеговик приглашает нас на зимние  
развлечения, но для начала нам нужно  
немного размяться.



## Упражнения в ходьбе и беге.

- «Легкие снежинки». Ходьба на носочках, руки на поясе.



- «По ледяной дорожке». Ходьба на пяточках, руки к плечам.



- «Через сугробы». Ходьба с высоким подниманием колен.



- «Метет метелица» легкий бег на носочках.



## II. Основная часть.

- Ребята, давайте со Снеговиком сделаем зарядку.

### Комплекс ОРУ «Зимняя зарядка».

**«С горки».** Фонетическая зарядка.

Представим, что мы катимся на санках с высокой горы. Делаем глубокий вдох носом. На выдохе произносят: «У – у – ух!»



**«Погреем плечики».** И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны. Обхватить кистями рук противоположные плечи, сказать: «Ох!», вернуться в И.п. (6 раз)



**«Погреем ноги» И.п – ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднять правое (левое) колено, хлопнуть по нему, вернуться в И.п. (6 раз)**



**«Оглянись». И.п – сидя, ноги скрестно, руки у плеч, 1-2 – поворот вправо, посмотреть, 3-4 - вернуться в И.п. (по 3 раза в каждую сторону)**





**«Дровосек» И.п. – ноги на ширине плеч, руки вверх, пальцы сложены в замок. Быстро наклониться вперед, пронести руки между ног, сказать: «Ух!», вернуться в И.п. (6 раз)**

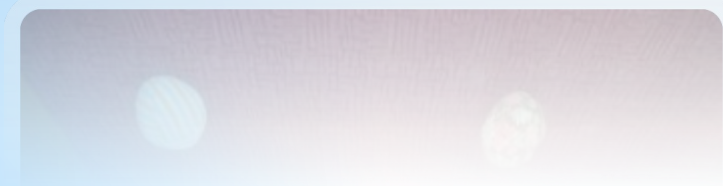


**«Прыжки» И.п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполнить 8 прыжков на месте на 2 ногах, затем – непродолжительная ходьба на месте и вновь прыжки.**



## Основные виды движения :

**«Перепрыгиваем через сугробы». Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый), высота 5-10 см. повторяется 2-3 раза каждым ребенком.**



- Как много снега вокруг, давайте, слепим снежки и поиграем с ними.

«Поймай снежок». Бросание снежка вверх и ловля его двумя руками.  
(Упражнение выполняется 3-4 раза подряд). Дети свободно располагаются по группе на достаточном расстоянии друг от друга.



**- А теперь поиграем с вьюгой!**

**Подвижная игра  
«Вьюга» («Карусель»)  
«Завертелась вьюга  
Словно карусель.  
Медленно сначала,  
А потом быстрее.  
Ничего не видно,  
Все белым-бело.  
Наконец-то стихло  
Землю замело».**



### III. Заключительная часть.

-Сегодня мы прекрасно провели время, давайте напоследок поваляемся в «снегу».

Из положения лежа на животе, руки вытянутые вперед. Перекатиться на спину и в И.П.

