Департамент по социальной политике

Управление образования

МДОУ «Детский сад №5»

Модель занятия

ОО «Физическое развитие»

для детей средней группы

**«Цирк»**

Подготовила:

инструктор по физической культуре

Караченкова Н. В.

Саранск 2015

**Программное содержание:**

**Оздоровительные задачи:**

Формировать навыки правильной осанки, развивая опорно-двигательный аппарат.

Укреплять органы дыхания, мышцы брюшного пресса.

Развивать основные функции вестибулярного аппарата.

**Образовательные задачи:**

Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному.

Закреплять умения в ходьбе на носках, на внешней стороне ступни, с высоким подниманием колена.

Продолжать учить детей подбрасывать мяча вверх и ловить его двумя руками; ползать на четвереньках через тоннель; прыгать на двух ногах с продвижением вперед; подпрыгивать вверх на двух ногах, стараясь достать предмет руками.

Учить детей согласовывать движения с музыкой, развивать чувство ритма.

Продолжать формировать у детей умение отыскивать образные средства выразительной передачи движений, развивать импровизационные способности, быстроту и легкость ориентировки в новых ситуациях.

Формировать жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья.

**Воспитательные задачи:**

Воспитывать у детей умение проявлять решительность, уверенность в своих силах.

Воспитывать умение у детей преодолевать трудности физического характера, воспитывать терпение и выносливость.

Влиять на воспитание чувства прекрасного, легкости, грациозности.

**Материал и оборудование:**

 Канат, тоннель, мячи малые, обручи, воздушные шары, « удочка с рыбкой», магнитофон.

**Предварительная работа:**

Беседы о профессиях людей, выступающих в цирке: акробаты, дрессировщики, фокусники, силачи.

Рассматривание иллюстраций с изображением артистов цирка, просмотр видеосюжетов о цирке. Чтение художественной литературы по теме, разучивание с детьми стихотворений о цирке.

**Методика проведения**

**Клоун:** Цирк на сцене, цирк на сцене.

Вот и клоун Клёпа на арене,

Здравствуйте, ребятишки!

Девчонки и мальчишки!

**Клоун:** Вижу – все меня узнали. Молодцы! Вы очень внимательные! Дети, вы знаете, что я в цирке самый веселый? Я клоун, я могу прыгать, бегать и могу всех развеселить. Дети, а вы хотите попрыгать, побегать, повеселиться?

**Клоун:** Тогда начинаем цирковое представление. Прыжком на право! Шагом марш.

**1. Вводная часть:**

Под звуки циркового марша дети идут друг за другом на парад - (ходьба в колонне по одному);

Затем идут « гимнасты» - (ходьба на носках);

« медведи» - (ходьба на внешней стороне ступни);

«цирковые лошадки» - (ходьба с высоким подниманием колена).

«Бегут собачки» - (легкий бег в колонне по одному).

- Внимание! Внимание! "Все участники представления занимают места на арене цирка (построение в круг).

- Раз, два, три, четыре, пять,   
Только, чур, не прозевать.   
То, что клоун вам покажет,   
Надо дружно повторять!

**2.Основная часть**

**Общеразвивающие упражнения:**

- И первые на арене цирка "Штангисты". Будут поднимать тяжелые штанги.

**1. «Штангисты»**

И.п. - ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища, пальцы рук сжаты в кулаки.

1- поднять руки вверх, посмотреть на них;

2 - вернуться в И. п. (6 раз).

**2. «На арене – боксеры»**

И.п. - ноги на ширине ступни, руки согнуты в локтях перед грудью, пальцы сжаты в кулаки.

1 – правую руку вытянуть вперед;

2 – левую руку вытянуть вперед, одновременно правую согнуть в локте перед грудью. (6раз каждой рукой).

**3.** **«Любопытный клоун»**

И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе.

1 - повернуться вправо, правая рука ко лбу;

2 - влево, левая рука ко лбу (6 раз).

**4. «Дрессированные собачки»**

И.п.- стоя на коленях и ладонях.

1 - поворот вправо, «посмотреть на хвостик»;

2 – то же влево (6 раз).

**5. «Акробаты»**

И.п.- сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе.

1 – наклониться вперед, достать руками до носок;

2 – вернуться в И. п. (6 раз).

**6. «Медведи на велосипеде»**

И.п.- лежа на спине.

Поднять согнутые ноги в коленях, имитировать движения на велосипеде.

**7. «Озорные обезьянки»**

Прыжки на двух ногах вокруг себя (2 раза чередуя с ходьбой).

**Основные виды движений:**

А теперь выходят на арену цирка – жонглеры.

1 - бросание малого мяча вверх двумя руками и ловля его.

Внимание! Объявляю выход на арену «дрессированных обезьянок», которые покажут, как они прыгают из обруча в обруч и ползают с опорой на колени и ладони по тоннелю.

2 – прыжки на двух ногах из обруча в обруч.

3 – ползание на четвереньках через тоннель.

**3. Заключительная часть**

**Клоун:** А теперь пришла пора поиграть нам, детвора!

**Подвижная игра «Поймай рыбку»**

(Клоун предлагает подпрыгнуть высоко, стараясь достать «рыбку» обеими руками)

**«Заключительный парад артистов цирка»**  - (ходьба в колонне по одному, перестроение в одну шеренгу).

**Клоун:** Дети, вам понравилось цирковое представление? Что вам больше всего понравилось?

**Клоун:** Дети, сегодня вы были настоящими артистами цирка. За вашу смелость, ловкость, сообразительность я подарю вам воздушные шарики. Крепкого вам здоровья и хорошего настроения!

(Дети уходят в группу).