**Игровое физкультурное занятие в средней группе**

**«Берегись автомобиля!»**

Задачи:

1.Совершенствовать двигательные навыки, умение выполнять разные варианты упражнений с предметами и на них.

2.Обогащать двигательный опыт детей.

3.Развивать ловкость, быстроту, чувство ритма, умение ориентироваться в пространстве, активизировать творческие способности детей.

Оборудование: средние обручи по количеству детей, 5 больших обручей, флажки по количеству детей, мяч, модули.

Ход. Дети входят в зал и по ходу движения берут обручи.

*Вот бегут машины, шуршат своими шинами*

*Желтые и красные все такие разные*

( Дети идут в колонне в обход зала, обручи как рули).

**Подвижная игра «Иди – беги»** (3 раза)

*На сигналы смотри: желтый – медленно иди,*

*Ну а если зеленый, то бегом беги*

(инструктор сигнализирует флажками)

**ОРУ с обручем**

1. «Рули». И.п.: ноги слегка расставить, обруч перед грудью. 1-2 поворот обруча вправо-влево; 3-4 – и.п. То же, рулить, перехватывая обруч. Повторить 6 раз.

2. «Голову выше». И.п.: ноги врозь (можно шире), обруч на шее, руки на пояс. 1-3 – приподняв голову, наклон вперед; 4 – и.п. Дыхание произвольное. Повторить 6 раз.

3. «Не ошибись» И.п.: о.с. руки на пояс, обруч на полу перед ногами. 1 – ногу на носок в обруч; 2 – в сторону; 3-4 и.п. То же другой ногой. Голову не опускать. Повторить 6-8 раз.

4. «Поверни обруч». И.п. сидя в обруче, обруч в согнутых руках у пояса. 1-2 – поворот вправо, повернуть обруч – выдох; 3-4 – и.п. – вдох. То же влево. Смотреть в сторону поворота плечи не поднимать. Повторить 6 раз.

5. «Поднять ноги». И.п. лежа, обруч над головой, хват с боков. 1-2 – согнуть и поднять ноги, обруч к коленям; 3-4 – и.п. Повторить 5-6 раз.

6. «Через обруч» И.п. ноги слегка расставить, обруч на полу сбоку. Переступать через обруч вправо, влево, затем вперёд, назад. Повторить 4 раза.

Инструктор:

Внимание, водители автомобилей у нас есть гаражи, в них можно ставить только по 4 автомобиля.

**Подвижная игра «Займи гараж»** (2 раза)

Под музыку дети двигаются боковым галопом, по сигналу встают в большие обручи, лежащие на полу, по 4 человека.

 *Раз, два, три, раз, два, три*

 *Голова как кружится*

 *Были обручи рули –*

 *Ну а стали лужицы.*

(дети встают врассыпную, обручи кладут на пол около себя)

**Игровое упражнение «Лужа»** (2 раза)

*Я иду, я иду, поднимаю ножки,*

*У меня на ногах новые сапожки* (маршируют вокруг обруча)

*Ой-ой-ой, посмотри, лужа-то какая.*

*Ай-ай-ай, ай-ай-ай, лужа-то большая.* (руки к щекам, кивают головой)

*Высоко, высоко, высоко подпрыгну,*

*Да-да-да, да-да-да, лужу перепрыгну!* (махи руками вперед и назад – подготовка к прыжку)

*Гоп!* (прыгают в длину с места через обруч или в обруч и из него)-3-4 раза

Инструктор - *Раз, два, три – обруч на место убери.*

**Подвижная игра «Найди по цвету»**

*По кругу подскоками скачите*

*И сигнал свистка все ждите,*

*Любой флажок выбирайте,*

*За модуль по цвету вставайте.*

(Дети двигаются подскоками по кругу, активно размахивая руками. По сигналу подбегают к скамейке, берут флажок, бегут к модулю такого же цвета, машут флажками)

*Флажок на скамейку клади*

*Друг за другом скачи. (*игра повторяется 3раза)

Инструктор - *Все флажки унесли и в кружочек сели мы.*

**Вариант второй игры:**

**Цветные автомобили**

Материал. Флажки 3 цветов или круги, кольца (по числу участников и еще по одному флажку каждого цвета)
Ход игры. Дети размещаются вдоль стены зала. Они — автомобили. Каждому из играющих, дается флажок какого-либо цвета (по желанию) или цветной круг, кольцо. Инструктор стоит лицом к играющим в центре зала. Он держит в руке флажки тех же цветов.
Инструктор поднимает флажок какого-нибудь цвета. Все дети, имеющие флажок этого цвета, начинают бегать по площадке (в любом направлении); на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда инструктор опустит флажок, дети останавливаются и возвращаются на место. Затем инструктор поднимает флажок другого цвета, и игра возобновляется.

*Указания к игре.*инструктор может поднимать один, два или все три флажка вместе, и тогда на площадку выезжают все «автомобили». Если дети не видят, что флажок опущен, инструктор дополняет зрительный сигнал словесным «автомобили (называет цвет) остановились». Инструктор может заменить цветовой сигнал словесным (например, «выезжают синие автомобили», «синие автомобили возвращаются домой»)

**Подвижная игра малой подвижности «Летает – не летает»** (1 мин)

Ход игры: Дети идут в колонне по одному. Инструктор называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, ракета, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук. Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим.

Подготовила инструктор по ФК

Подымака М.С.

МБДОУ д/с №8 г.Североморск