**Филиал Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения –
детского сада «детство» - детский сад № 40/228
Орджоникидзевского района города Екатеринбурга**

**г. Екатеринбург, ул. Уральских рабочих, 41а, тел. 8 (343) 307 – 53 – 77
e-mail: ds40228@mail.ru**

«Школа юных инспекторов движения»
с детьми подготовительной к школе группы

**Составил:
Инструктор по ФК
А.А. Комиссаров**

Екатеринбург, 2023г.

Конструкт занятия с детьми подготовительной к школе группы

Тема: **«Школа юных инспекторов движения»**

Цель: укрепление и сохранение здоровья детей.

Задачи:

- Укреплять здоровье детей;
- Упражнять детей в ходьбе и беге с преодолением препятствий, прыжках из обруча в обруч, ведение мяча двумя руками, ходьба по гимнастической скамейке с выполнением различных заданий, подползание под дугой;
- Развивать гибкость, ловкость, силу, быстроту через выполнение общеразвивающих упражнений, преодоления препятствий (основные виды движений) и подвижной игры с «Патрульная машина»;
- Воспитывать умение действовать в команде согласованно.

Форма: учебно-тренировочное занятие

Место проведения: спортивный зал ДОУ.

Длительность: 30 минут.

Методы, методические приемы:

Наглядные (показ физических упражнений, зрительные ориентиры, карточки – схемы выполнения кинезиологических упражнений).

Словесные (беседа, словесная инструкция, объяснение, указание, подача команд, сигналов, вопросы);

Практические (упражнения, подвижная игра).

Предварительная работа: проведение познавательных занятий, направленных на знакомство с профессией полицейский, просмотр мультфильмов, чтение книг.

Оборудование: корзины - 4 шт., карточки – схемы выполнения кинезиологических упражнений, гимнастические палки – 9 шт., мячи среднего размера – 9 шт., канат – 1 шт., скамейка – 1 шт., мешки с песком – 9 шт., обручи- 3 шт., пластмассовые кольца – 9 шт.

Время	**Элементы методической структуры спортивно-игрового квеста**	**Действия педагога**	**Действия воспитанников**	**Планируемый результат**
	Предварительная работа в группе	В группу до занятия приносят письмо-приглашение в школу юных полицейских «Дорогие ребята, приглашаем вас в школу подготовки юных полицейских! Вам предстоит пройти интересные и трудные испытания.	Слушают педагога	Заинтересованность в предстоящей деятельности

		Каждый из вас получит удостоверение юного инспектора и будет зачислен в команду Юных Инспекторов Движения. Если вы согласны, то мы ждём Вас на тренировочной площадке. До встречи». После дети, переодевшись в спортивную форму спускаются в спортивный зал. В зал заглядывает воспитатель и обращается с вопросом здесь ли находится школа юных инспекторов движения, в которую их приглашали, и получает утвердительный ответ.		
2 мин	Организация, мотивация детей на предстоящую деятельность	Приветствие детей. Мотивация для предстоящей деятельности: К детям обращается инструктор по физической культуре: - Ребята, здравствуйте! Вам представилась возможность побывать в учебном центре подготовки юных инспекторов движения. Сегодня объявлен набор в школу инспекторов, после прохождения тренировочных испытаний вы получите удостоверение юного инспектора движения. Как вы думаете каким должен быть инспектор?	Построение в шеренгу. Приветствие детей. Слушают педагога. Готовы приступить к тренировке. Ответы детей (сильным, здоровым, смелым, умным, внимательным, ловким)	Установление контакта и заинтересованность в деятельности.
3 мин	Подготовительная часть	- Перед тем как приступить к тренировке надо размяться. - На право! В обход по залу шагом марш! Инструктор показывает карточки – схемы для выполнения кинезиологических упражнений.	Ходьба в колонне по одному: - на носках, руки вверх; - на пятках руки за голову; - по свистку дети останавливаются и выполняют кинезиологические упражнения. Бег: - змейкой, между гимнастическими палками;	Подготовка организма к предстоящей нагрузке

		Молодцы, ребята! Вот мы разогрелись.		
12 мин	Основная часть	-В колонну по три шагом марш! Занять места перед «гимнастическими палками». Обращает внимание на правильность выполнения упражнений	Дети перестраиваются в три колонны, встают к гимнастической палке. **ОРУ с гимнастическими палками:** **I. И. п**. О.с. палка внизу 1 - палку вперед, правую ногу назад на носок 2 – **И.п.** То же левой ногой (6 раз). **II«Передай палку»** **И. п.** ноги врозь, руки в стороны, палка в правой руке, хват за середину 1- руки вперед, переложить палку в левую руку 2- **И.п**., палка в левой руке 3-4 - то же **III. И. п. О.с**. палка вверху, руки прямые 1 - присесть, палку вперед; 2 - **И.п.** (6 - 7 раз). **IV.И. п**. стойка ноги врозь, палка за голову, на плечи 1- поворот вправо 2 - **И.п.** 3 - поворот влево 4 - И.п. (5 - 6 раз). **V. И.п**.- лёжа на спине, палка в руках, руки вперёд 1 – поднять ноги коснуться гимнастической палки 2 – палка в руках за голову, ноги отпустить 3 – 4 **- то же**	Совершенствование умения выполнять упражнения, направленные на развитие всех групп мышц. Развитие силы, гибкости, ловкости.

		По окончанию ОРУ, звучит команда: Налево! В обход по залу шагом марш! Направляющий, на месте стой (дети останавливаются в колонне). Налево! Молодцы, вы отлично справились с первым заданием.	(4 раза) **VI. И.п**. - О.с. палка у левой ноги Прыжки на двух ногах боком через палку (8 прыжков) **VII. И.п**. О.с. палка внизу 1 - прыжком ноги врозь, палку вверх; 2 - **И.п.** (8 -10 раз) Ходьба на месте, восстановить дыхание. После выполнения упражнений, дети перестраиваются в одну колонну.	
7 мин		- Переходим ко второму тренировочному заданию **«Полоса препятствий»** (По периметру зала расположены 4 корзины: 1 – с мячами и пластмассовыми кольцами; 2 – пустая; 3 – мешочки с песком; 4 – пустая). Педагог проговаривает задание: Как вы уже говорили, инспектора движений должны быть ловкими, выносливыми. Быть такими помогает полоса препятствий. Я вам тоже предлагаю пройти полосу препятствий. **Первая линия –** ведение мяча двумя руками, двигаясь прямо. **Вторая линия –** прыжки из обруча в обруч, отталкиваясь двумя ногами. **Третья линия ходьба по**		Развитие ловкости Совершенствование прыжка Развитие

		гимнастической скамье с мешочком на голове – Берёте мешочек, кладёте на голову и идёте по гимнастической скамейке, руки в стороны. **Четвёртая линия –**под ползание под дугой (опора на ладони и колени). **Возвращаемся к первой корзине**, берём кольцо и обегаем змейкой гимнастические палки (2 раза), построиться в линию, передать кольца по цепочке. Педагог смотрит за правильностью выполнения и техникой безопасности. Начало упражнений по сигналу. Одобрительные действие педагога.		координации Развитие ловкости
4 мин		– Молодцы! Вы показали себя сильными, ловкими, умелыми. Давайте поиграем и проверим, какие вы быстрые. **Подвижная игра «Патрульная машина» (3 раза).** По залу раскладываются три обруча. Дети идут по кругу со словами:	Дети проговаривают слова: Сесть в патрульные машины Малыши желают сильно, Нов игре один секрет – Опоздавшим места **нет**! На последнем слове, дети подбегают к «машине» - обручу по трое и занимают места. В первый раз обручи остаются все. Второй раз – два обруча. Третий раз – один обруч. Выбывшие из игры подходят к карточкам – схемам для выполнения персональных заданий (кинезиологические упражнения)	Развитие ловкости и быстроты через игру.
2 мин	Заключительная часть	Педагог спрашивает у детей: Какое упражнение понравилось больше	Дети делятся впечатлениями, отвечают на вопросы	

		всего? Какое упражнение было самым трудным? Что вы расскажете своим друзьям о сегодняшней тренировке? Каждый сегодня постарался, показал себя сильным и ловким. Я верю, что нашим инспекторам движения растёт достойная смена и вручаю вам удостоверение юного инспектора.	Построение в шеренгу Получают удостоверения, радуются. На оборотной стороне удостоверения обнаруживают игру- ходилку. До свидание, спасибо за занятие!	