

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Петушок» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
художественно-эстетического развития воспитанников

Динамический час
«Весёлая прогулка»

Воспитатель: Ананенко Т.В.

Февраль 2018

Тема: «Весёлая прогулка».

Возраст: дети 3-4 лет.

Направление: физическое развитие.

Интеграция областей: социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое.

Вид деятельности: игровая.

Формы организации: групповая, фронтальная, самостоятельная.

Формы здоровьесберегающих технологий: игры, упражнения по профилактике плоскостопия и осанки, самомассаж.

Цель: создание условий для оздоровления детей и обеспечение необходимого объема двигательной активности.

Задачи:

создать условия для плавного перехода от сна к бодрствованию;

формировать двигательные умения и навыки, культурно-гигиенические навыки;

способствовать развитию речи в процессе игровой деятельности;

развивать физические качества;

вызвать положительные эмоции от совместной игровой деятельности;

воспитывать у детей самостоятельность в решении двигательных задач.

Методы и приемы:

1. Словесный (вопросы к детям, уточнение, поощрение),

2. Проблемно-ситуативный (выбор движения, самостоятельная деятельность, выполнение действий по мнемотаблице).

3. Наглядный (показ слайдов, музыкальное сопровождение, игрушки);

4. Практический (игры, игровые упражнения).

Технические и программные средства: ИКТ, музыкальный центр, Microsoft Office Word, Power Point.

Ход двигательной деятельности:

Вовремя пробуждения звучит инструментальная музыка, вызывающая положительные эмоции.

Первая часть

Комплекс упражнений «Просыпалочка»

Упражнения выполняются на кроватях. Каждое упражнение повторяется 3—4 раза, воспитатель читает четверостишие, дети выполняют упражнения.

Упр.1. «Потягивание» (лежа в кровати)

Потягивание рук, ног, туловища.

Потягушка, потянись!

Поскорей. Скорей проснись!

День настал давным-давно,

Он стучит к нам окно.

Упр. 2. «Наклон с потягиванием»

Сидя на кровати, ноги вытянуты вперед, медленные наклоны (4-5раз)

Упр. 3. «Достань солнышко»

Стоя рядом с кроватью, потянуться вверх, встать на носочки. Темп медленный.

В: А теперь пора играть

По дорожкам нам шагать,

Умываться, одеваться.

На веселую прогулку собираться.

Ходьба по «дорожкам здоровья», разложенным на полу из спальни к стульчикам.

Дети одеваются.

Водные процедуры мнемотаблица. Полдник.

Самомассаж

Растирание ладоней.

Растирание щёк.

Растирание лба:

Растирание переносицы.

Давим на крылышки носика.

Щиплем мочки ушей.

Построение в колонну по одному.

Инструктор: Ребята, мы сегодня с вами отправимся на веселую прогулку.

Вы готовы?

Дети идут в зал.

Вторая часть.

Дети заходят в зал.

В: Мы продолжаем нашу прогулку, пойдём по узкой дорожке и узнаем куда она нас приведет (ходьба друг за другом).

Недалеко от тропинки растут высокие деревья (ходьба на носках).

Ребята дождик пошёл (бег).

Долго мы бежали и от дождика убежали (шагом), да в лесочек мы попали?

(Показ слайда)

Кто же в этом лесу живет?

Ответы детей.

В: Я вам предлагаю поиграть вместе с Мишкой.

Игровые упражнения «Мишка»

Мишка вылез из берлоги,

Огляделся на пороге.

(Повороты влево вправо)

Чтоб скорей набраться сил,

Головой медведь крутил

(медленные повороты вправо-влево)

Наклонился взад-вперед

(наклоны вперед)

Вот он по лесу идет

(предложить детям самостоятельно имитировать ходьбу медведя).

В: Ребята, мы с мишкой играли на опушку леса мы пришли.

Слайд №2 (зайцы)

В: Кто встречает нас здесь?

Скачут зайцы – прыг да скок,

На лесной опушке,

А у зайчиков торчат,

Ушки на макушке.

Хотите с зайками поиграть?

Игровые упражнения.

Разложить обручи, модули и предложить детям выбор, где будут выполнять прыжки.

После выполнения упражнения предложить детям убрать инвентарь.

Игра «Зайка беленький сидит» под музыку.

Появляется лисичка (игрушка), зайки убегают от неё и садятся на скамью.

В: Как мы весело играть, да и в лес густой попали.

В: Необходимо быстрее выбраться из него.

Игровое упражнение «Проползи под веревкой» (дети выбирают свой способ).

В: Молодцы! Какие вы сильные, ловкие. Справились с трудностями. А вашим успехам радуется очень веселый лесной житель. А кто он попробуйте отгадать.

Загадка:

Ребята, найдите белку, где-же она спряталась?

А что любит грызть белка?

А какие предметы на полке похожи на орешки?

Что ж вы ребятки поиграйте, повеселитесь, а белочка на вас полюбуется.

Самостоятельная деятельность детей с мячами.

После игровой деятельности дети убирают мячи.

В: А сейчас соберёмся все на полянке.

Дети встают в круг.

В: Вот и вечер наступает, (двигаются медленно по кругу)

И полянка засыпает, (*приседают*)

Засыпает до утра,

Нам уже домой пора.

Наша веселая прогулка подошла к концу. Вам понравилась прогулка? Но нам пора возвращаться в группу.