

Динамический час (на прогулке)Программное содержание:

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле. Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в ходьбе широким шагом. Развивать ловкость, смекалку, дисциплинированность. Воспитывать интерес к занятиям физкультурой.

Оборудование: нестандартное оборудование:

Маски медведя, зайца, морковка, флажки – желтый, красный, зеленый, рули красного, зеленого, желтого цвета для каждого ребенка, музыкальное **сопровождение**, мягкие игрушки мишки и зайца, кубики, флажки, погремушки, мячи, кольца...

Воспитатель: Мы очень любим, когда к нам приходят гости. Посмотрите сколько их сегодня много. Каждое утро мы говорим друг другу: «Доброе утро», чтобы у нас весь день был добрым, чтобы настроение у нас было хорошее.

Давайте скажем эти утренние волшебные слова и нашим гостям. Дети говорят гостям: «Доброе утро»

Воспитатель: И вот пришло время отправиться нам с вами в поход! Во время нашего путешествия будьте внимательными, не толкайтесь, смотрите впереди себя. Будьте аккуратны в обращении друг к другу.

И так приготовились? (Да)

Воспитатель:

Солнце светит ярко Ходьба драгу за другом

Значит, будет жарко.

Мы шагаем весело,

И поем мы песенку.

Мы походим на носках, Ходьба на носочках

А потом на пятках. Ходьба на пятках

Мы идем как все ребята,

И как мишка косолапый

Не спешите детки тише,

Поднимите ноги выше:

Здесь одни пенечки,

Корешки и кочки...

- А вот и бревно у нас на пути

Нам надо его перейти

Мы по бревнышку идем

Ни за что не упадем.

(ходьба по бревну)

Обычная ходьба.

Злой в лесу живет медведь

Громко начал он реветь.

Испугались все ребятки

Засверкали только пятки.

- Бегом марш!

Шагом. На месте стой.

- На полянку прибежали

И зайчишку увидели

Вместе с зайкой поиграли.

Подвижная игра: «ЗАЙЦЫ И ВОЛК»

Описание: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места квадратами. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из домиков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Правила: Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут. Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Воспитатель: Молодцы ребята, хорошо поиграли?

- Заигрались наши детки

Оглянулись, зайца нет.

- Дети, давайте найдем зайчика.

Игра: «Найди, где спрятано?»

(холодно-горячо) .

- Отыскали зайца ловко,

Угостим его морковкой

Наш подарок зайчик взял

По тропинке ускакал.

- Вышел из лесу медведь

Стал он жалобно реветь

Скучно мишке одному

Пригласим его в игру.

Подвижная игра: «Как то мы в лесу гуляли»». (шапочка)

Как – то мы в лесу гуляли Ходьба по кругу в колонне

И медведя увидали. Развели руки

Он под деревом сидит. Садятся

И тихонечко храпит. Изображают спящего медведя

Мы вокруг него ходили Ходьба

И медведя мы будили: Топают, хлопают

Ну-ка, Мишенька, вставай

И ребятку догоняй. Дети убегают от медведя на скамейки

Воспитатель: - Долго, долго мы шагали,

Уморились мы в пути

Вот бы нам сейчас машину

Чтоб пешком нам не идти.

Воспитатель: - Хотите прокатится на машине?

Вы не только покатаетесь, а будете водителями цветных автомобилей (раздаю круги).

«ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ»

Описание: Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается руль какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие рули этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2, и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

Правила:

Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу.

Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Воспитатель: Молодцы мои хорошие! Хорошо поиграли, очень мы устали! А сейчас мы с вами немножко отдохнем и поиграем в очень хитрую игру! Поиграем (Да)

«Найди, что спрятано»

Дети стоят по кругу или в шеренге. Инструктор кладет на пол перед ними три – пять предметов (кубики, флажки, погремушки, мячи, кольца) и предлагает их запомнить. Затем играющие по сигналу инструктора поворачиваются спиной к центру круга или лицом к стене. Инструктор прячет один или два предмета и говорит: «Раз, два, три! Повернись и посмотри!». Дети поворачиваются лицом к предметам и, внимательно присматриваясь к ним, вспоминают, каких нет. Инструктор предлагает детям найти эти предметы в комнате. Когда предметы будут найдены, игра **повторяется**.

Воспитатель: Молодцы ребята, хорошо поиграли! Вам понравилось играть? А с кем мы сегодня играли? (С зайчиком, с мишкой и были автомобилями).

А теперь нам пора возвращаться в **группу**! В дом счастливый для ребят!