

**Занятие для воспитанника старшего возраста  
в области физического развития на тему: «Наша Армия»**

*Подготовила воспитатель: Маслова Татьяна Юрьевна  
высшая квалификационная категория*

**Цель:** Укрепление и сохранение здоровья детей.

**Задачи:**

- Развитие мелкой и крупной моторики.
- Развитие двигательной активности.
- Развитие дыхательной системы.
- Профилактика простудных заболеваний.

**Уважаемые родители!**

**Предлагаю вам вместе с детьми выполнить следующие упражнения:**

Сейчас побудем солдатами.

**Физкультминутка:**

Раз-два – аты - баты,  
Три-четыре – мы солдаты.  
Маршируем как пехота.  
Раз-два – повороты.  
В кабину сели самолёта,  
Три-четыре – мы пилоты.  
Вниз – вверх, вниз – вверх,  
Наши крылья лучше всех.  
А теперь на кораблях,  
Мы качаемся в волнах.  
Сквозь бинокль вдаль посмотрим –  
Нелегко служить на флоте.

➤ **Двигательное упражнение «Разминка для будущих воинов»**

Равняйся! Смирно!  
Глубоко вдыхаем,  
Будущих воинов представляем!  
Мы пока что дошколята,  
А шагаем, как солдаты!  
Раз, два!  
Дети дружно в ногу!  
Три, четыре!  
Мы идем!  
Нашу Родину – Россию никогда не подведем!  
*Маршируют.*

➤ Пальчиковая игра «Бойцы – молодцы!»

Выпрямите спины, расправьте плечи, поднимите ваши головы.

Пальцы наши – все бойцы,

Удалые молодцы.

*(Держат руки перед собой, ладонями к себе, пальцы разомкнуты)*

Два – больших и крепких малых,

И солдат в боях бывалых,

*(Загибают большие пальцы)*

Два – гвардейца-храбреца,

*(Загибают указательные пальцы)*

Два – сметливых молодца,

*(Загибают средние пальцы)*

Два – героя безымянных,

Но в работе очень рьяных.

*(Загибают безымянные пальцы)*

Два – мизинца-коротышки

Очень славные мальчишки.

*(Загибают мизинчики)*

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10

*(Разгибают пальцы на обеих руках по очереди, начиная с больших)*

Встали пальцы дружно в ряд

Десять крепеньких солдат.

*(Сжимают и разжимают кулачки.)*

*Маршируют на свои места.*