**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7» ГОРОДА ОБНИНСКА**

*249038, Калужская область, г. Обнинск, ул. Гурьянова, 15, тел. (48439) 6-48-57*

*сайт* [*http://www.40204s007.edusite.ru*](http://www.40204s007.edusite.ru)*; e-mail:* [*obninsk-school7@yandex.ru*](mailto:obninsk-school7@yandex.ru)

**Методическая разработка**

**внеклассного мероприятия**

**по физической культуре**

***«Путешествие в зоопарк»***

Разработала: учитель физической культуры

Голышева Екатерина Владимировна

Обнинск

2012

**Здравствуйте, ребята!**

Поздоровались с гостями, улыбнулись друг другу, сегодня наше занятие пройдёт в Зоопарке. Итак, мы с вами отправляемся в путь.

1. **Подвижная игра с речевым сопровождением «Цапли»**

Дети встают по кругу друг за другом на небольшом расстоянии (элементы ходьбы).

**Как-то раз большие цапли** – идут по кругу друг за другом, высоко поднимая колени

**Вышли на охоту** – взмахивая руками вверх-вниз

**Они лягушек ищут** – идут в полуприсяде, руки на поясе

**Ходят по болоту** – поворачивая голову вправо-влево

**По болоту цапли ходят** – идут по кругу друг за другом

**Но лягушек не находят –** похлопывая ладонями по бёдрам

**Клювом кочки поддевают –** идут

**Да по сторонам кидают –** поочерёдно взмахивая руками вперёд-назад

**Цапли вдруг остановились –** останавливаются

**За кустами притаились –** поворачиваются лицом к центру круга

**Ждут, когда лягушки –** выполняют наклоны вниз

**Выйдут на опушку -** руки при наклоне отводят назад

**Вдруг заквакали лягушки –** выполняют приседания

**Поскакали прочь с опушки –** руки при этом согнуты в локтях, ладони вперёд, пальцы рук разведены

**Скачут быстро по болоту –** прыгают на месте на двух ногах

**В клюв попасть им не охота –** руки вниз

**Ква-ква-ква –** хлопают в ладоши

**Ква-ква-ква! –** хлопают в ладоши

Общеразвивающие упражнения на месте в сопровождении музыки «Жираф», пальчиковый массаж.

***Учитель*:** Молодцы! Вы действительно умеете одить как «Цапля», прыгать как «Лягушка» и вытягивать шею как «Жираф». Ребята вы готовы отправиться дальше в путешествие по зоопарку?

….! Но для этого нам надо с вами отгадать загадку.

Заставляю всех подряд –

Отойдите от цыплят.

У меня хоть внешность птицы,

Но характер, как у львицы.

Ответ: Курица-наседка

***Учитель:*** Молодцы! Но этого не достаточно, чтобы пройти наше следующее испытание, на с вами надо ещё отгадать ещё одну загадку.

Не ворона, не синица –

Как зовётся эта птица?

Примостилась на суку –

Раздалось в лесу «Ку-ку».

Ответ: кукушка

**Эстафета «Кукушка и Наседка»**

Команды делятся по 2 человека. Первая – «Кукушка». Она берёт корзину с цветными шариками (яйцо»), бежит к финишному кубу и разбрасывает на нём шарики. Потом возвращается и отдаёт корзину второму игроку – «Наседке». Она бежит, собирает шарики в корзину и несёт следующей паре игроков.

**Примечание**: Раньше времени не выбегать, шары разбрасывать только в кубах.

**Инвентарь**: 2 корзины, 100 шаров, 2 куба, 2 конуса.

***Учитель***: Молодцы! Вы справились с этим заданием. А теперь ребята угадайте, кто же вас ждёт у себя в гостях?

Мордочка усатая,

Шубка полосатая,

Часто умывается,

А с водой не знается.

Ответ: кошка

***Учитель***: Правильно и следующее наше препятствие так и называется: «Кошка».

**«Кошка»** (Подвижная игра с малой интенсивностью).

Играющие встают в шеренгу вдоль одной из границ игровой площадки спиной к игровому полю. По считалке выбирается водящий – «кошка». Учитель читает текст стихотворения:

Кошка прятаться любила,

Кошка спрятаться решила.

Мы её везде искали,

Мы её повсюду звали:

«Кис-кис-кис, кис-кис-кис,

Выходи к нам, покажись!

В дом тебя мы унесём,

И напоим молоком!»

После этого играющие закрывают глаза, а «кошка» выбегает на игровую площадку и прячется за домиком… Когда кошка спрячется, учитель говорит:

«Кошка спряталась, ушла,

Нам искать её пора».

Играющие открывают глаза, поворачиваются лицом к игровому полю и отправляются на поиски кошки. Кто-либо из игроков может позвать: «Кис-кис», кошка отвечает «Мяу!». Игроки, услышав откуда слышно мяуканье кошки, быстро берутся за руки и стараются цепью окружить «кошку», которая может обойти цепь, пока она не сомкнулась, но прорывать цепь ей не разрешается. «Кошка», которая обошла цепь играющих, подходит к учители и стаёт рядом с ним.

**Примечание**:

1. Когда «кошку» позовёт кто-либо из игроков, она может не откликаться на его зов. Но на зов второго игрока «кошка» обязана отозваться.
2. Если играющим удалось окружить «кошку», то взявшись за руки они отводят её к учителю.
3. Два варианта окончания игры – и когда «кошка» обошла цепь играющих, и когда играющие поймали «кошку»

***Учитель***: Посмотрите себе под ноги. Учителсь видеть не только больших животных, но и маленьких. Загляните под траву и посмотрите кто там:

Лесом катится клубок,

У него колючий бок,

Он охотится ночами

За жуками и мышами.

Ответ: ёж.

**Эстафета «Колючий ёж» (профилактика плоскостопия)**

Из положения упор сзади на полу, ноги полусогнуты в коленях, первые игроки своей команды передвигают 3кг мяч. Ногами до финиша, закатив мяч в гимнастический обруч, обратно возвращаются на четвереньках, добежав до старта, передают эстафету следующему игроку своей команды.

**Примечание:** раньше времени не выбегать, эстафету передают хлопком по руке, мяч катить только ногами.

**Инвентарь:** 2 гимнастических обруча, 4 конуса, 2 набивных мяча.

***Учитель:*** Молодцы! Вы достойно справились с нелёгким заданием, которое вам приготовил ёж. Итак, мы продолжаем наш путь. Давайте отгадаем, какое следующее животное нас ждёт:

Шустрый серый воробей

Пообедал у зверей.

Он сперва попил водицы

Прямо в клетке у … (лисицы).

***Учитель:*** Молодцы! Следующее задание, которое нам надо с вами пройти называется «Забавные лисята».

**«Забавные лисята» (подвижная игра)**

По считалке выбираются двое водящих. Остальные дети, разбившись на пары, встают по кругу. Водящие встают немного в стороне от круга. Один из водящих – убегающий, другой – догоняющий. Одновременно со словами учителя:

По парам лисята

Идут друг за другом

В лесу по полянке,

По ровному кругу.

А двое забавных лисят

В пары вставать не хотят.

Ну-ка, лисята, бегите,

Пару скорее найдите!

Стоящие по парам игроки медленно идут по кругу в одном направлении, свободная рука игроков находится на поясе. После слов: «Раз-два-три, беги!» один из водящих убегает, а другой – догоняет его. Убегающий, видя, что его догоняют, пристраивается к какой-либо паре, берёт под руку крайнего в паре игрока. Как только убегающий взял под руку крайнего игрока, его ловить нельзя. Оказавшийся третьим игрок с другой стороны пары должен убегать от водящего и также, спасаясь от преследования, может присоединиться к любой паре, взяв крайнего игрока под руку.

**Примечание:**

1. убегающему и догоняющему водящим можно бегать не только вокруг игроков, идущих в парах, но и разрешается бегать через круг.
2. Если водящий поймает убегающего, то пойманный должен ловить водящего.
3. Если догоняющий водящий долгое время не может поймать убегающего (в течение 30-40 секунд), то пара водящих заменяется другими игроками.

***Учитель:*** Молодцы! С лисичками вы подружились, отгадайте следующую загадку:

Не земледелец, не кузнец, не плотник,

А первый на селе работник.

Ответ: лошадь (конь).

***Учитель:*** Сейчас, ребята, мы и посмотрим, как же вы справитесь со следующим заданием.

**Эстафета с белогривыми лошадками**

Команды получают по лошадке (деревянная палка с головой лошади). Игроки «седлают» лошадей, скачут до финишного конуса, оббегают его, и возвращаются обратно к старту. К первому игроку подсаживается ещё один на лошадь, и скачут двое. Затем лошадь передаётся дальше по команде, всё повторяется сначала.

**Примечание**: раньше времени не выбегать, коня передать и встать в конец строя с правой стороны.

**Инвентарь:** 2 «лошади», 4 конуса.

***учитель:*** Молодцы! Вы достойно показали как можете управлять животными. Ребята, наше путешествие подходит к концу, но я вижу, что вы все устали и я предлагаю вам отдохнуть вместе с нашими животными.

В развалку ходит, как моряк,

Белый галстук, чёрный фрак.

В Антарктиде среди льдин

Проводит дни свои… (Пингвин)

**Подвижная игра с речевым сопровождением «Три пингвина»**

Дети образуют круг, встают друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук, поворачиваются лицом в центр круга.

|  |  |
| --- | --- |
| **Жили-были три пингвина** | Выполняют «пружинку», руки на поясе |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Хорошо и дружно жили** | Выполняют наклоны вправо-влево, руки к плечам |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Как-то утром на рыбалку** | Шагают на месте, руки в стороны – вниз |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Зашагали в перевалку** | Шагают на месте, руки в стороны - вниз |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Наловили много рыбы** | Выполняют наклоны вниз, руки вниз |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **И ещё поймать могли бы** | Выполняют наклоны вниз, руки вниз |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Съели дружно всё до крошки** | Сгибают руки в локтях, выполняют скользящие движения ладонью о ладонь вверх-вниз |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Кроме маленькой рыбёшки** | Показывают руками маленькую рыбку (расстояние между кистями рук 5-10 см) |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Дружно бросились в драку** | Идут по кругу в правую сторону, взявшись за руки |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Учинив большую свалку** | Идут по кругу в левую сторону, взявшись за руки |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Чтобы жить все время дружно** | Взявшись за руки, идут в центр круга |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Чтобы жить все время дружно** | Взявшись за руки, идут в центр круга |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши |
| **Уступать друг другу нужно** | Держась за руки отходят назад, возвращаясь на прежнее место |
| **Пик, Пак, Пок** | Хлопают в ладоши. Затем поднимают руки вверх – в стороны. |

***Учитель****:*наше путешествие подошло к завершению. Вам понравилось путешествовать вместе с животными?

Вы достойно справились со всеми испытаниями, которые встретились на вашем пути. С помощью животных вы научились правильно владеть своим телом, эмоциями, преодолевать сложные преграды, котоыре встречались на вашем пути.

Спасибо за урок, всем до свидания.

**Считалки:**

**1.**

Котята и щенята,

Весёлые ребята,

Резвились на лугу,

Играли в чехарду.

Раз, два, три, четыре, пять,

Вместе весело играть!

**2.**

Как-то раз в лесу под ёлкой

Два лисёнка, два волчонка

На полянке танцевали.

Вместе прыгали, играли!

Ты не веришь? Погоди!

Да иди скорей води!