Конспект открытого занятия по физкультуре (средняя группа)

«Путешествие в зимний лес».

ПРОГРАММНЫЕ ЗАДАЧИ:

1. **Физическое развитие:**

-учить подлезать под дугу.

-упражнять в ходьбе по скамейке и дорожке, сохраняя равновесие и осанку;

* закреплять умение в прыжках на 2-ух ногах с продвижением вперед;
* закреплять умение выполнять ходьбу и бег, согласовывая движение рук и ног, бегать легко, ритмично, отталкиваясь носком.
* развивать пространственную ориентировку;
* воспитывать дружеские взаимоотношения, положительные эмоции.
  1. **Познавательное развитие:**
* развивать интерес детей, любознательность, внимание.

1. **Речевое развитие:**

* развивать интерес к устному народному творчеству, умение отгадывать загадки, четко и дружно произносить слова в игре и речёвке.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Скамейка, дорожка со следами, 2 дуги для подлезания, кубики, обручи, снежинки для выполнения упражнений, корзина.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Дозировка | Методические указания |
| **Вводная часть**  Построение в шеренгу  Ходьба обычная  В чередовании с ходьбой:  -прыжки с продвижением вперёд  -на наружных сторонах стоп  - на носках  - дети идут широким шагом  Бег: лёгкий и быстрый  Ходьба между снежинками | 20 сек  15 сек  15 сек  15 сек  15 сек  20 сек | Дети, сегодня мы пойдём на прогулку в зимний лес.  Речёвка:  Раз, два! Три, четыре!  Три, четыре! Раз, два!  Кто шагает дружно в ряд?  Средней группы наш отряд!  Мы играем и поём,  Очень весело живем!  Кто нам встретится в пути, угадай  и так иди. (Загадки)  «Два пушистых длинных ушка, Прыгать может как лягушка»  «Вперевалку зверь идет,  По малину и по мёд»  «Эта хитрая плутовка, ловит  Зайцев очень ловко»  «Серый, зубастый по лесу рыщет, добычу ищет»  Давайте убежим от волка.  А вот большая полянка давайте  здесь погуляем*.*  *(Дети ходят в разных направлениях);*  Найдите снежинки, остановитесь, мы с вами выполним красивое упражнение под музыку. |
| **Обще развивающие**  упражнения со снежинками  *1. И. п. - ноги на ширине*  *ступни, руки внизу.*  Медленно поднимать руки вверх (вздох)- опускать вниз поворачивая кисти рук в исходное положение  *2. И. п. - ноги на ширине плеч, руки у груди.*  Повороты вправо (влево) и разводить руки в стороны,вернуться в исходное положение  *3. И. п. - ноги на ширине плеч, руки опущены.*  Наклоны вправо (влево) левая рука вверх-правая рука вниз, правая вверх-левая вниз, в исходное положение.  4. *Прыжки(руки на пояс)*  - ноги врозь-вместе, руки на пояс, в чередовании с ходьбой.  5. *Упражнение на дыхание*.  Медленно поднимаем руки(вдох),  опускаем (выдох)  Построение в шеренгу  **Сюрприз** | 5 раз  6 раз  4 раза  По 8 два раза  4 раза | Снежинки положили на пол  Снежинки взяли в руки  «У РЕБЯТ ПОРЯДОК СТРОГИЙ» Ход игры:  дети ходят по залу врассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.  У ребят порядок строгий,  Знают все свои места.  Ну, трубите веселей:   |  |  | | --- | --- | | Тра - та - та, тра - та - та! |  | |  |  |   Появляется медвежонок. Он грустит. Мама поручила ему, к вечеру утеплить новую берлогу, а он боится, что не успеет. Что же делать? Надо помочь медвежонку. |
| **Основные виды движений**  **1.** Ходьба по скамейке со снежинками - сохранять равновесие, осанку. ( Складывают снежинки в корзину).   1. Подлезают под дугу. 2. Прыжки на двух ногах через обручи. 3. Ходьба между кубиками, змейкой. 4. Ходьба по дорожке со следами   Подвижная игра  «У медведя во бору». | 2 раза  2 раза  2 раза по 4  2 раза  2 раза  2 раза | Медвежонок объясняет, как пройти к его берлоге.  Поточный метод    По окончанию прохождения препятствий, дети вместе с воспитателем помогают медвежонку утеплить снежинками берлогу.  Медвежонок благодарит детей. Угощает медом.  Назначается ведущий(медведь).  Дети говорят слова и действуют по тексту.  У медведя во боруГрибы, ягоды беру,А медведь не спит,  Он на нас рычит! |
| **Заключительная часть.**  Игра малой подвижности «МЕДВЕДЬ» | 1-2 раза | Ход игры: Дети стоят по кругу. Выбирается медведь, он садится в середину круга, закрывает глаза.  *Как под елкой снег, снег,*  *И на елке снег, снег,*  *И под горкой снег, снег,*  *И на горке снег, снег,*  *А под снегом спит медведь*  *-Тише, тише, не шуметь!*  На 1 и 2 строчки дети идут по кругу, на 3 и 4 в круг- из круга, на 5 строчку дети показывают на медведя, 6-ю строчку произносит один ребенок по указанию воспитателя. Медведь должен узнать по голосу кто сказал. |
| **Подведение итогов.** |  | Давайте вспомним, что мы делали на занятии. Что вам больше всего понравилось делать. Молодцы! Посмотрите, пока мы играли, медвежонок заснул. Давайте не будем ему мешать и всем лесным жителям, а потихоньку отправимся в группу. |