Конспект сюжетного физкультурного занятия

«Мы туристы»

(подготовительная к школе группа)

Программное содержание:

* Развивать у детей ловкость, внимание, быстроту реакции.
* Совершенствовать у детей ходьбу и бег в колонне по одному.
* Закрепить навыки детей в ходьбе на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, в полуприседе, а также в ходьбе змейкой.
* Закрепить прыжки «змейкой» между предметами, а также умение пролезание под дугу.
* Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в занятии.
* Воспитывать доброту, отзывчивость, желание помогать другим.

Оборудование: рюкзаки, предметы для сборов, сундучок, канат, 3 игрушки, цветы по количеству детей, угощение.

Ход занятия:

Вед: Здравствуйте, ребята. Я хочу пригласить вас пойти со мной в поход. Вы хотите пойти в поход?

А что нужно сделать, чтобы пойти в поход? (собрать рюкзак) Давайте вместе, соберем рюкзаки.

*Дети подходят со своими рюкзаками к столу, где лежат разные предметы: бинты, влажные салфетки, пластмассовые кружки, сух. паек, бутылочки с водой, а также подушка, большая кукла и т.п.*

Вед: Ребята, как вы думаете, что нам понадобится в походе? (ответы детей)

*Вместе начинают собирать рюкзак*

Вед: Молодцы, рюкзаки мы собрали, теперь можно и поход идти.

Раз, два, три, четыре, пять –

Мы идем в поход опять.

Так и тянет нас на волю

Приключения искать.

*Дети строятся в колонну и строевым шагом идут на улицу на спортивную площадку, где стоят макеты деревьев, кустов.*

Вед: Вот мы с вами и в лесу:

пошли по узкой тропинке – дети идут на носках;

поднимаемся на крутую горку – ходьба на высоких четвереньках;

бег по тропинке – легкий бег;

идем на полянку – спокойная ходьба, с дыхательными упражнениями.  
2 часть:

Вед: Вот мы и вышли на полянку. Наш первый привал. Давайте немного разомнемся перед нашим марш – броском. Мы выполним несколько упражнений, чтобы проверить вашу силу и выносливость.

*Дети выполняют ОРУ в парах*

Вед: Теперь вы готовы к марш - броску. Мы разделимся на 2 команды, и каждая команда пойдет своим маршрутом. Направление маршрута вы увидите на картах.

*Дети делятся на 2 команды одна команда идет с ф/инструктором, вторая – с воспитателем. Ведущие берут карты и показывают детям, что 1 команда идет в горы, а 2 – в лес. Сначала каждая команда выполняет свое задание, затем меняются местами*

ОВД:

* Ходьба по «мостику» доске приставным шагом
* Подлезание под дугу боком (пролезть под упавшим деревом)
* Прыжки «змейкой» между предметами (преодолеть извилистую тропу).

Вед: Молодцы, все препятствия мы преодолели и вышли на поляну. Посмотрите как здесь красиво. Ой, а это что такое?

*Вед.находит сундучок, открывает его, а там записка. Читает ее детям.*

«Я волшебный сундучок,У меня есть тайничок.

Тайну там свою храню.Поиграй со мной в игру.

Будем весело игратьТайну сможешь угадать.

Вед: Интересно, какая у сундучка тайна? Смотрите, а в сундучке рисунок.

*Показывает рисунок, там нарисованы 3 лесных зверя.*

Вед: Да это же игра «Найди свою зверушку». Давайте в нее поиграем.

*На полянке расставляются зверюшки, 3 группы детей, встают кругом, каждый возле своей игрушки. Дети разбегаются по полянке под музыку, когда музыка заканчивается, дети подбегают к дереву и закрывают глаза, ведущий меняет игрушки местами. По сигналу открывают глаза и бегут к своей зверушки, чья команда быстрее собралась, та и победила.*3 часть:

Вед: Молодцы, ребята, хорошо поиграли и расколдовали наш сундучок, посмотрите, в нем появился красивый цветок.

*Упражнение на расслабление «Цветы». Дети с закрытыми глазами представляют, что они цветы, под руководством взрослого. При выполнении упражнений звучит музыка. Пока дети выполняют упражнения вед.ставит перед детьми корзину с цветами.*

Вед.: Ребята, посмотрите, сколько цветов появилась на поляне. А они не простые, волшебные.

*В сердцевине каждого цветочка, находится конфета.*

Вед: А сейчас нам пора домой.

*Дети с воспитателем идут в группу.*