КОНСПЕКТ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ

В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

ГРУППЕ (ОНР) .

ТЕМА:

 «ЦИРК ЗАЖИГАЕТ ОГНИ».

 Инструктор по

 физическому воспитанию

 МДОУ«Детский сад №30»

 комбинированного вида:

 ПУХОВА С.С..

 Воспитатель подготовительной

 группы (ОНР):

 Масленникова Л.П..

г. Балахна

2009 г.

ТЕМА: «ЦИРК ЗАЖИГАЕТ ОГНИ».

ТИП ЗАНЯТИЯ: тематическое с использованием

 простейших тренажёров.

ГРУППА: подготовительная.

ЦЕЛЬ: создание оптимальных условий для развития

 двигательного контроля и улучшения равновесия, а

 так же укрепления и расслабления различных мышц.

ЗАДАЧИ: **I. Образовательные**.

 1.Закреплять умение в выполнении упражнений на

 гимнастических (надувных) мячах из разных

 исходных положений.

 2.Закреплять умения в овладении приёмами

 страховки.

 3.Упражнять детей в ходьбе по залу с

 различными перестроениями, в ходьбе и беге с

 высоким подниманием колен.

 4.Упражнять в беге змейкой между предметами

 (мячами).

 **II. Развивающие.**

 1. Развивать координацию и чувство равновесия,

 ощущение пространства и ощущение себя в

 пространстве.

 2. Развивать гибкость и выносливость.

 3. Развивать двигательные способности детей.

 4.Развивать креативность.

 **III. Оздоровительные.**

 1.Способствовать тренировке вестибулярного

 аппарата, укреплению сердечно – сосудистой и

 дыхательной систем.

 2.Способствовать укреплению и расслаблению

 различных мышц.

 3. Закреплять правильную осанку.

 **IV. Воспитательные.**

 1.Способствовать снятию скованности,

 эмоционального напряжения.

 2. Создавать устойчивый положительный настрой.

ОБОРУДОВАНИЕ:

 1. Гимнастические (надувные) мячи.

 2 .Разноцветный «парашют»

 3. Аудиозапись.

 4.Карты – схемы ОВД.

 5.Кегли, гимнастические скамейки.

ХОД ЗАНЯТИЯ.

1-ая часть – подготовительная.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Структура организован-ной взрослым деятельности. | Деятельность инструктора по физическому воспитанию/воспитателя. | Деятельность детей. |
| Организацион-ный момент. Художествен-ное слово. | - Ребята, сегодня я вас приглашаю в цирк.Сюда, сюда скорее – Здесь будет цирк у  нас.Начнётся представление весёлое  сейчас.Здесь будут акробаты,Жонглёры, прыгуны.И все, и все ребята,Увидеть их должны.  |  Слушают.Строятся в колонну по одному. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разминка«Парад участников представле-ния».Художествен-ное слово.ОРУ. (выполняются в рассыпную по залу на гимнастичес-ких мячах).Художествен-ное слово.ОВД(с гимнастичес-кими мячами) Объяснение. Художествен-ное слово. Заключитель-ная часть. Анализ занятия.(За кулисами) | - Открываем цирковое представление парадом участников.(Звучит марш).А вот восточных стран кумир – Дрессирует змей факир!На арене выступаютХорошо подкованныеКони дрессированные!Кони скачут словно ветер,Нет быстрее их на свете!На стаю голубей мы смотрим с восхищением, под куполом они парят всем на удивление.«Слон».На арену вышел слон.Зрителям он шлёт поклон.Вправо, влево, вверх и внизВместе с ним ты поклонись.«Силачи».Сейчас мы познакомим васС известным силачом,Он с гирей трёхпудовойИграет, как с мячом.«Акробаты»Продолжаем представлениеДетям всем на удивление.Акробаты обруч крутят, Всех желающих научат.«Дельфины»Водой арену наполняемМорских животных выпускаем.Дельфинята здесь резвятся,Мячом играют, веселятся.«Рак».На прогулку вышел рак:«Посмотри, ты сможешь так:Все вперёд, а он назад».«Тюлень».Вот на камешке тюлень,Отдыхать ему не лень.Он на солнышке лежит, В море синее глядит.«Мартышки»Реклама ярко светит,Огни кругом горят,Ученые мартышки детей развеселят. «Тигрёнок»На мяче уснул тигрёнок,Он совсем ещё ребёнок.Море плещется во сне И качает на волне.Малую арену цирка занимают дрессировщики, а большую – жонглеры. Дрессировщики сначала выполняют прыжки на мяче с продвижением вперёд между кеглями, затем – ходьбу, прокатывая мяч перед собой.Жонглёры выполняют сначала прыжки на мяче с продвижением вперёд между кеглями, затем – ходьбу по гимнастической скамейке на носках (ширина скамейки – 15 см) с мячом на голове. Внимание! Внимание!Продолжаем представление,Начинаем третье отделение: А теперь на арену цирка выходят «Весёлые клоуны» («Игра с мячом»)Клоуны весёлые на манеж спешат,Всех гостей и всех друзейУдивить ходят. «Парашют» (с мячом) Раз, два – потянись,На мяче ты удержись.Три, четыре – постарайсяИ местами поменяйся.(Ведущая называет два цвета). Наше представление завершается, всех артистов просим выйти на арену цирка.Вам понравилось наше цирковое представление? Что вам особенно запомнилось? Молодцы, ребята, вы были настоящими артистами цирка. | Ходьба по залу спортивным шагом с перестроением в движении;- в колонну по два через середину зала;- расхождение двумя колоннами направо и налево;-перестроение из двух колон в одну через середину зала.Бег змейкой между мячами.Ходьба с высоким подниманием колен, руки вытянуты вперёд. Бег с высоким подниманием колен, руки согнуты в локтях.Спокойная ходьба с дыхательным упражнением.И.П. Сидя на мяче, ноги на ширине плеч, руки внизу.В. Наклоны головы вправо, влево, вверх, вниз.Темп медленный.Д. 4 раза.И.П. Сидя на мяче, ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях к плечам, пальцы сжаты в кулак.В.Слегка подпрыгивая на мяче, руки в стороны, к плечам, вверх, к плечам.Темп средний.Д.8 раз.И.П.Сидя на мяче, ноги на ширине плеч, руки опустить, слегка придерживая мяч ладонями.В.Движение тазом по кругу вправо и влево. Темп медленный.Д. по 4 раза.И.П. Лёжа животом на мяче, ноги на полу, руки согнуты в локтях, локти разведены в стороны, ладони под подбородком.В. Прогнуться в пояснице, руки отвести назад, голову не опускать. Темп медленный.Д. 4 раза.И.П. Лежа животом на мяче, руки и ноги в упоре на полу.В. «Переступая» руками шагаем вперёд, перекат корпусом в положение «ноги на мяче», следить за тем, чтобы не провисал живот. Тем же способом назад до исходного положения. Темп средний.Д. по 4-6 шагов 4 раза.И.П. Лежа на мяче на спине, ноги шире плеч, согнуты в коленях, ягодицы чуть спущены вниз, руки под головой.В. Приподнять голову и плечи вверх. Темп средний.Д. 8 раз.И.П. Сидя на мяче, ноги шире плеч, руки согнуты в локтях, пальцы расправлены.В. Покачиваясь на мяче, прыжком вынести поочерёдно правую или левую ногу. Темп средний.Д. по 4 раза каждой ногой.И.П.Лёжа на мяче, упор на коленях, подбородок и руки на мяче.В.Покачиваться на мяче вперёд – назад, не отрывая колени от пола, расслабиться. Темп медленный.Д. 1 минута.Дети делятся на две подгруппы со средним и высоким уровнем физической подготовленности и ДА)Дети выполняют движения в соответствии с картами схемами.Дети выполняют движения в соответствии с картами схемами.Дети убирают оборудование.Дети выполняют творческое задание, направленное на совершенствование владения мячом.Дети меняются местами, прыгая на мяче по кругу, по часовой стрелке.Ходьба спокойная с дыхательными упражнениями с мячами над головой.Ответы детей. |