***Конспект занятия «Волшебная поляна»***

***(по сказке «Теремок» в старшей группе)***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Программное содержание | Структура занятий | Дозировка | Оборудование | Дыхательные упражнения | Организационно- методические указания |
| 1. Развитие и     совершенствование координации движений и равновесия.  2. Развивать точность броска при метании мешочков.  3. Развивать согласованность рук и ног при прыжках в длину с места.  4. Закрепить технику ползания по пластунски. | Построение, повороты, расчет на «первый- второй» перестроение в две колонны, ходьба противоходом.  Ходьба с перешагиванием, бег «противоходом».  Перестроение в две колонны.  **ОРУ: фитбол- гимнастика**  **1. «Мышка- нарушка»**  И.П. сидя на мяче, руки к плечам.  1- руки в стороны, голову наклонить влево  2-И.П.  3- руки в стороны, голову наклонить вправо  4- И.П.  **2. «Лягушка- квакушка»**  И.П. сидя на мяче, руки на поясе  1-4 прыжки сидя на мяче  **3. «Зайка- побегайка»**  И.П. стоя, мяч в руках  1-присед, мяч поднять вверх  2-И.П.  **4. «Лисичка-сестричка»**  И.П. стоя, мяч в руках  1- шаг правой ногой в сторону, ударить мячом об пол  2-И.П.  3- шаг левой ногой влево, ударить мячом об пол  4-И.П.  **5. «Волчок- серенький бочок»**  И.П. сидя на мяче, руки на поясе  1-наклон  2- правое плечо вперед  3- левое плечо вперед  4- И.П.  **6. «Мишка- шалунишка»**  И.П. лежа на мяче на спине, упор на ноги  1-4покачивание с ног на руки (мостик)  **ОД:**  **Воспитатель:**  Стоит в поле теремок, теремок,  Он не низок не высок, не высок.  Вот по полю, полю мышка бежит,  У дверей остановилась и стучит.  **Мышка:**  Кто, кто в теремочке живет,  Кто, кто в не высоком живет?  **Воспитатель:**  Никто мышке не ответил,  Стала она жить поживать в теремке.  А наша мышка любит бегать по полю.  **ЗАДАНИЕ 1**  **БЕГ МЕЖДУ КЕГЛЯМИ ЗИГЗАГОМ.**  **Воспитатель:**  Стоит в поле теремок, теремок,  Он не низок не высок, не высок.  Вот по полю лягушка бежит,  У дверей остановилась и стучит.  **Лягушка:**  Кто, кто в теремочке живет,  Кто, кто в не высоком живет?  **Мышка:**  Я мышка- нарушка,  А ты кто?  **Лягушка:**  А я лягушка- квакушка  Люблю камушки в речку бросать.  **Воспитатель:**  Наши дети тоже любят камушки бросать,  Давайте ребята покажем.  **ЗАДАНИЕ 2**  **МЕТАНИЕ МЕШОЧКОВ В ОБРУЧ.**  **Воспитатель:**  Стоит в поле теремок, теремок,  Он не низок не высок, не высок.  Вот по полю, полю зайка бежит,  У дверей остановился и стучит.  **Зайка:**  Кто, кто в теремочке живет,  Кто, кто в не высоком живет?  **Мышка:**  Это я, мышка- нарушка  **Лягушка:**  Это я, лягушка- квакушка  А ты кто?  **Зайка:**  А я зайка- побегайга  Люблю прагать.  **Воспитатель:**  Наши ребята тоже любят прыгать  Давайте попрыгаем от цветочка к цветочку.  **ЗАДАНИЕ 3**  **ПРЫЖКИ ОТ ЦВЕТКА К ЦВЕТКУ. (в длину)**  **Воспитатель:**  Стоит в поле теремок, теремок,  Он не низок не высок, не высок.  Вот по полю лисичка бежит,  У дверей остановилась и стучит.  **Лисичка:**  Кто, кто в теремочке живет,  Кто, кто в невысоком живет?  **Мышка:**  Это я, мышка- нарушка  **Лягушка:**  Это я, лягушка- квакушка  А ты кто?  **Зайка:**  Это я зайка- побегайга  А ты кто?  **Лисичка:**  А я лисичка- сестричка,  Люблю за курочками следить.  Воспитатель:  Ребята а давайте лисичка нам покажет  Как она следит за курочками.  **Задание 4**  **ПОЛЗАНИЕ ПОД ДУГОЙ.**  **Воспитатель:**  Стоит в поле теремок, теремок,  Он не низок не высок, не высок.  Вот по полю, полю волк бежит,  У дверей остановился и стучит.  **Волк:**  Кто, кто в теремочке живет,  Кто, кто в невысоком живет?  **Мышка:**  Это я, мышка- нарушка  **Лягушка:**  Это я, лягушка- квакушка  А ты кто?  **Зайка:**  Это я зайка- побегайга  А ты кто?  **Лисичка:**  А я лисичка- сестричка,  А ты кто?  **Волк:**  А я волчок- серый бочок,  Люблю поросяток ловить.  **Воспитатель:**  Ой, ребята, что-то мне жалко поросят,  А давайте мы волку покажем,  Что с поросятами можно играть.  **Задание 5**  **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА «Поросята».**  **Воспитатель:**  Стоит в поле теремок, теремок,  Он не низок не высок, не высок.  Вот по полю, полю мишка бежит,  У дверей остановился и стучит.  **Медведь:**  Кто, кто в теремочке живет,  Кто, кто в невысоком живет?  **Мышка:**  Это я, мышка- нарушка  **Лягушка:**  Это я, лягушка- квакушка  А ты кто?  **Зайка:**  Это я зайка- побегайга  А ты кто?  **Лисичка:**  А я лисичка- сестричка,  А ты кто?  **Волк:**  А я волчок- серый бочок,  А ты кто?  **Медведь:**  А я мишка,  Люблю играть в ловишку.  Воспитатель:  Наши ребята тоже любят эту игру,  Давайте поиграем.  **Задание 6**  **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «Ловишка».**  **Воспитатель:**  Ну что, понравилось вам ребята на волшебной полянке?  Но нам пора обратно в садик, а дорога длинная, давайте немного отдохнем.  **Задание 7**  **РЕЛАКСАЦИЯ «На полянке».**  Ходьба по массажным коврикам, по канату. |  | Кубы для перешагивания.  Мячи для фитбол- гимнастики.  Два обруча, мешочки с песком по количеству детей.  Плоскостные цветы.  Две дуги высотой 40 см.  Коврики на каждого.  Массажные коврики, канат. |  | Воспитатель предлагает детям отправиться на волшебную поляну.  На полянке повстречали мышку- нарушку, лягушку- квакушку, зайку- побегайку, лисичку-сестричку, волчок- серенький бочок, мишка- шалунишка.  Руки в локтях не сгибать, держать равновесие.  Прыжки выполнять по кругу.  Спину держать прямо.  Шаг в сторону делать с носка.  Правым локтем тянуться к правому колену, левым локтем тянуться к левому колену.  Воспитатель выполняет страховку.  Метание выполняется одной рукой снизу. Стараться попасть в обруч. Воспитатель напоминает технику метания.  Дети выполняют прыжки в длину с места.  Ползание по пластунски.  Пальчиковая гимнастика под музыку (Железновы «Пять поросят»)  Воспитатель напоминает правила игры. Нельзя толкать, только.  Дети проходят по массажным коврикам и уходят в группу. |