Программное содержание:

1.Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, ходьбе с высоким подниманием колен; беге между предметами, не задевая их.

2.Закрепиить умение в прыжках на двух ногах, с продвижением вперед перепрыгивая через предметы. (из обруча в обруч)

3.Формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной и повышенной площади опоры.

4. Закрепить навык ползания на четвереньках

5 Развивать у детей ловкость, умение ориентироваться в создавшейся обстановке, выполнять правила в условиях подвижной игры

Пособия: 8 обручей, 5 фишек, канат, 2 гимнастических скамеек, 2 дуги (высота 50 см), маски-шапочки: лиса, волк

**Ход занятия: «ТЕРЕМОК»**

Ребята, день сегодня не простой у нас, он бывает только раз.

И сегодня в детский сад гости к нам не зря спешат.

Потому, что мы отправляемся в сказочное путешествие, а в какую сказку, отгадайте:

Зайка и мышка, волк, лисица дружно жили под одной крышей

-правильно, мы сегодня отправимся в сказку «ТЕРЕМОК».

**Построение в колонну по одному**

**-Ходьба в колонне по одному** (1 круг)

Стоит в поле теремок, теремок,

Он не низок, не высок, не высок

Приглашаются все звери, чтоб отметить новоселье.

Вот красавица-лиса,

У ней шуба хороша; на носках важно шагает, следы заметает

**- ходьба на носках, руки перед грудью, ходьба обычная.**

 А потом пошла на пятках, чтобы было все в порядке

**-ходьба на пятках, руки на поясе**

Вот идёт хозяин леса строгий.

 Любит спать зимой в берлоге.

И всю зиму напролёт

Ему снится вкусный мёд.

**ходьба на внешней стороне стопы. руки свободно опущены**

Скачет зайка, лапки в бок.

Прыг да скок, прыг да скок.

Постучался в теремок,

Вы пустите на порог?!

**- прыжки на двух ногах с продвижением вперед.**

Вот шагает петушок, важно подняв гребешок

**-Ходьба с высоким подниманием колен, руки в стороны**

Все торопятся, бегут, спешат, чтобы на новоселье не опоздать.

**- Бег в колонне друг за другом ( 1 круг); бег между фишками (2 р)**

**Ходьба в колонне по одному. Ходьба врассыпную.**

к теремочку все пришли, с разных сторон его обошли.

**Построение врассыпную, упражнение на дыхание**

**II. 1. ОРУ без предметов «Теремок»**

 В теремочке все собрались, дружно за работу взялись

1. Петушок

Петушок на подоконнике, он играет на гармонике

И.п. –о.с. руки опущены. Поднять руки, согнутые перед грудью, развести в стороны, в и.п. Повт 4-6 р.

2. Мышка. Мышка тесто замесила,

 всех зверей пирогами угостила

И.п. –ноги на ш.п, руки на поясе. Наклоны вниз, в и.п. повт 6 р.

1. Лягушка . Вот лягушка по дорожке, скачет вытянувши ножки.

И.п. –ноги на ш. ст. /пятки вместе, носки врозь/, руки на поясе. Приседания Повт 4-6 р.

1. Лисичка Вот красавица-лиса,

 У ней шуба хороша; хвостиком виляет, полы подметает.

И.п.- стоя на четвереньках. Повороты туловища вправо-влево. Повт по 3-4 р.

1. Мишка по лесу шагал, и тихонечко рычал.

И.п. –то же. Выпрямлять ноги, в и.п. Повт 4-6 р.

1. Ежик Вот иголки и колючки

 Выползают из-под кучки.

 И.п. –лежа на спине, руки вдоль туловища. Согнуть ноги в коленях, обхватить руками,

 голову наклонить к коленям, в и.п. Повт 4-6 р.

1. Зайчик Скачет зайка, лапки в бок.

 Прыг да скок, прыг да скок.

И.п. –о.с. прыжки на двух ногах. Повт 3х12 /16/ р.

1. **ОВД**

Звери в тереме живут, работают, играют

Свой терем охраняют.

 Мышка в норку пролезает, мышка крошки собирает

а/ подлезание под дугой боком. Повт 2 р.

На заборе петушок, охраняет теремок

б/ ходьба по гимнастической скамейке. Повт 2 р.

 За морковкой в огород

 скачет заинька вперед.

в/ прыжки на двух ногах из обруча в обруч продвигаясь вперед. Повт 2 р.

Лиса по дорожке похаживает, свои наряды показывает

 г/ ходьба по канату прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. Повт. 2 р

1. Поработали, устали, и скорей в кружок все встали.

пришло время отдыхать

 в любимые игры играть

Подвижная игра «Мы –веселые зверята»

III. Спокойная игра - хоровод «Теремок» дети идут по кругу, произносят слова:

Стоит в поле теремок, теремок, он не низок, не высок, не высок. Кто, кто в теремочке живет? Дети останавливаются и изображают «зайца», (потом ежика, лису, медведя).

Мы немного поиграли, кто в теремке живет узнали.

Сядем в поезд голубой и отправимся домой.

Конспект

сюжетного занятия

по физической культуре

«Теремок»

в средней группе

Инструктор по физкультуре

Костырева В.В.

МБДОУ д/с № 31

г. Североморск

2013 г.