Конспект физкультурного занятия

«Путешествие в волшебный лес»

**Интеграция образовательных областей:** Физическая культура. Познание (ФЦКМ). Коммуникация. Социализация. Музыка. Безопасность.

**Виды детской деятельности:** игровая, коммуникативная, познавательно – исследовательская.

**Цель:** Знакомить с названиями животных, местом их обитания. Учить передавать через движения образы лесных зверей. Развивать творческое воображение. Формировать доброжелательное отношение к сверстникам. Способствовать созданию в коллективе теплой дружеской атмосферы. Развитие физических качеств детей.

**Материал и оборудование:** гимнастическая скамейка, кубики, гимнастическая стенка, ленты.

**Задачи:** Повторить ходьбу врассыпную и построение в колонну по одному по сигналу воспитателя. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по команде воспитателя; повторить задания в равновесии и прыжках; упражнять в умении лазить по гимнастической стенке. Упражнять в беге врассыпную. Повторить правила безопасности при проведении подвижных игр.

**Вводная часть «Превращения».**

Ребята, сегодня мы с Вами побываем в волшебном лесу. Сегодня в нашем лесу чудесный день, послушайте, как поют птицы, как журчит ручеек, сквозь листья деревьев проглядывает солнышко…

Лес у нас волшебный и с нами тоже случится волшебство, мы с Вами будем превращаться в веселых обитателей этого волшебного леса. Назовите, каких лесных животных вы знаете: медведи, зайцы, ежики, лисы, волки…

**I часть:** Ходьба врассыпную, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога: «Лошадки!» - дети выполняют ходьбу, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний), переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Мышки!» - ходьба на носках, руки за голову. «Медвежата!» - ходьба на внешней стороне стопы, как косолапые мишки. «Змейка» - ходьба между кубиками змейкой. «Зайчики» - прыжки на двух ногах. Все упражнения выполняются попеременно с ходьбой. Переходим на спокойный бег, бег змейкой. Теперь бежим так, как будто нас догоняет «волк», переходим на спокойный бег. Дыхательные упражнения, машем ручками, как будто мы «Орлы», показываем свои большие крылья. Вдох носом, выдох ртом.

На лесной опушке в маленькой избушке

Жил веселый Ежик – крошка.

Был наш Ёж не одинок.

Есть у каждого дружок.

А вы хотите пойти в гости к Ёжику?

*Построение в 2 колонны.*

**II часть: Общеразвивающие упражнения.**

Ранним утром ветерок

Прилетает на лужок.

Дует и летает, веточки качает.

*Дети стоят на месте, и.п. ноги вместе, руки вдоль туловища, поднимаемся на мысочки, прямые руки вверх – качаем ручками вправо – влево (как веточки на ветру), вернулись в и.п.*

Малыш веселый мишка,

Ушастенький Топтыжка,

Лапки кверху поднимает, а затем их опускает.

*И.п. ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Поднимаем руки вверх, через стороны, руки вниз.*

Ежик к Зайке подбежал, лапки подбоченив:

«Я наклоны по утра делаю без лени.

Вправо, прямо, влево, встать…

Повторим же все опять»

*И.п. ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклон вправо, и.п., влево, и.п.*

А Лисенок вместе с нами упражняется в присядке:

«Сели, встали, снова сели,

Спинка прямо, посмотрели».

*И.п. ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища, присели, прямые руки вперед, перед собой, спина прямая, пятки не отрываем, встали вернулись в и.п.*

Тут и зайка вдруг проснулся,

Под кусточком встрепенулся.

*И.п. ноги вместе, руки на поясе прыжки на месте, как зайчики.*

Чтоб восстановить дыханье,

Есть у нас заданье!

Носиком вдыхаем

Ртом ветерок пускаем.

*И.п. ноги на ширине плеч, вдох носом руки плавно вверх, выдох ртом, руки плавно вниз – протяжное завывание «УУУ» вернуться в и.п.*

**Основные виды движений.**

1. Сейчас мы с вами вспомним, что мы зайчата. Что любят зайчики? Правильно, морковку. Вот и мы сейчас будем прыгать за морковкой, но не просто так, а через ягодки, цветочки, кочки и грибочки. Энергично отталкиваемся от пола двумя ногами и мягко приземляемся на полусогнутые ноги. После выполнения упражнения, обходим препятствия.
2. А сейчас мы вспомним, что мы и медвежата тоже. А что больше всего любят медведи? Правильно, мед! Медвежатам сейчас предстоит добыть бочонки с медом, которые висят высоко на дереве, а дерево у нас на другом берегу реки. Задание для медвежат – перейти по мостику на другой берег, забраться по веточкам на дерево и достать до бочонка с медом. Спуститься с дерева и вернуться в свою колонну.

**Подвижные игры.**

**«Хвостики»**

Давайте вспомним, кто в лесу славится своими красивыми хвостам? Белочки, лисички…

Прибежали к нам лисята,

И бельчата и зайчата,

Вместе все они играли,

Веселились, танцевали.

Эй, зверята, разбегайтесь,

И лисе не попадайтесь.

Посчитаем: 1,2,3 – ЛОВИ!

**Игра малой подвижности:**

Вышел зайчик погулять. *Шагаем.*

Начал ветер утихать. *Руки вверх, качаем*

Вот он скачет вниз по склону, *Прыжки на месте*

Забегает в лес зеленый. *Бег на месте*

И несется меж стволов, *Показываем дерево*

Средь травы, цветов, кустов. *Присели, показываем*

Зайка маленький устал. *Показываем зайку (ушки)*

Хочет спрятаться в кустах. *Показываем кусты*

Замер зайчик средь травы,  *Замерли*

А теперь замрем и мы! *Присели на корточки*

Он на травку спать прилег, *Ложимся*

И укрыл его листок!

*Релаксация под музыку.*

Мы с вами зайчики, закрываем глазки и засыпаем. Тихо становится в лесу. Все звери ложатся спать, последние лучи солнца касаются земли. Легкий ветерок шевелит листвой. Ручеек звенит, Засыпают звери и птицы. А теперь ребята, пришла пора нам возвращаться и превращаться в мальчишек и девчонок. 1,2,3… открывайте глазки, вот мы и снова в детском саду. Потянитесь, давайте улыбнемся и пожелаем друг другу тепла, добра и улыбаться почаще!

Снова все в колонну встали

И знакомою тропой

Все отправились домой.

**Литература:**

Журнал «Дошкольное воспитание» 11/2007 с.59

Журнал «Ребенок в детском саду» 2/2013 с.33

Комплексные занятия по программе «От рождения до школы» средняя группа / авт.-сост. Ефанова З.А.

Физическое занятие в детском саду. Программа и методические рекомендации – М.: Мозаика-Синтез, 2008. Степаненкова Э.Я.

Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий – М.: Мозаика-Синтез, 2009. Пензулаева Л.И.