**Конспект проведения предметно – образного занятия по физическому воспитанию в подготовительной группе. « Палки, биты, городки»**

**Програмное содержание: 1.** Закреплять умение ходить по узкой рейке ( длинна 5м., ширина 5см.); Приставлять пятку к носку, у мение держать осанку, сохранять равновесие; 2. Умение вести городки битой между кеглями( расстояние 80см.); развивать силу отбивания, глазомер; 3. Умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед ( палка за коленями, и на двух ногах палка в согнутых руках, энергичное умение передвигаться сидя на ягодицах( растояние 5м.) палка перед грудью; развивать ловкость, ориентацию в пространстве, равновесие, быстроту реакции.

**Оборудование:** Эстафетная палка, барьер высотой 5о см., гимнастические палки по количеству детей, кегли, городки, биты 5 шт., длинная рейка 5 м.

**Ход занятия.**

**Вводная часть. 5 минут**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание работы** | **дозировка** | **темп** | **дыхание** | **Организационно- методические указания** | **примечание** |
| Построение в шеренгу  Перестроение в колонну  Ходьба обычная со сменой ведущего  Ходьба на носках руки вверх  Ходьба на пятках руки за головой  Ходьба на наружных стопах руки на поясе  Ходьба в приседе руки на коленях  Ходьба скрестным шагом руки на поясе  Ходьба обычная  Игра « слушай хлопки»  Бег в колонне по одному  Бег с высоким подниманием колен руки вверх  Бег с захлестом руки на поясе  Обычная ходьба  Перестроение в колонну | 30с. Повторить 4р.  3раза  45с, повторить 3р. | медленный  быстрый | произвольное  Произвольное | За направляющим в обход по залу шагом марш!  На носках руки вверх марш!  На пятках руки за головой марш!  В приседе руки на коленях марш!  Скрестным шагом руки на поясе марш!  Обычным шагом марш!  Игра « Слушай хлопки» Будьте внимательны. На 1хлопок присели, на 2- поворот вокруг себя, на 3 – подпрыгнуть ( повт.3 раза)  Бегом марш!  С подскоками руки на поясе марш!  Шагом марш! Перестроение в колонну. Показываю детям палку и говорю: «палка эта не простая, а волшебная. Она всех выручает и помогает. Давайте будем передавать ее друг другу. |  |

**Основная часть. 25 минут**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Игровое упражнение**  **« Эстафета»**  Выполнять движение с палкой, обратно свободный бег.  1.ходьба по гимнастической рейке ( вдоль)  2. ведение городка битой между кеглями ( змейкой)   1. **« Заяц»**   И.п. стоя руки согнуты в локтях, палка перед крудью.  1. прыжок на двух ногах с продвижением вперед.  2. и.п.  2.**« Машина»**  И.п.сидя на ягодицах, ноги выпрямить, руки с палкой перед грудью.  1.передвижение вперед; 2 назад.  **3 « Белка на ветке»**  И.п в приседе, палка под коленями, упор руки за концы палки. Прыжки с продвижением вперед. 1. Прыжок; 2 и.п.  **ОРУ в парах**   1. **« Встреча друзей»**   И.п.стоя лицом друг к другу на расстоянии 1м.; палка лежит между детьми.1-2 вдох, выдох в ритме шагов с вытянутым носком вперед и поднимаем руки через стороны вверх.   1. **«Передай палку другу»**   И.п. партнер справа берет палку двумя руками. С захватом сверху на расстоянии ширины плеч. 1. Наклон вперед- вниз; 2 и.п.   1. **«Перетяни палку»**   И.п. дети сидят на ягодицах спиной друг к другу,палка между детьми на полу. 1. 1-ый.ребенок тянет на себя палку. 2. И.п., 3. 2-ой ребенок тянет палку на себя. 4 и.п.   1. **« Взлет самолетов»**   Ип. Дети лежат на животе лицом друг к другу и держатся за палку двумя руками,ноги вместе вытянуты. 1.поднять палку вверх,голову,грудь. 2. И.п.   1. **« Голоп»**   Ип. Стоя рядом плечом к плечу; захват палки двумя руками сверху,руки опущенны. 1.полуприсед. 2 поднять палку перед грудью. 3. Опустить. 4 и.п.   1. **« Палка вверх-вниз»**   И.п. сидя палка на полу. 1.поднять палку вверх; 2.опустить палку вниз.  **Заключительная часть.**  Ходьба с постепенным замедлением. Востановление дыхания. Уход детей в группу. | Длина 5 м., растояние 5 м.  4р  3м  6р  4р  Раст.3м  6р  6р  6р  6р  6р  6р | Ср.  Ср  Быстр.  Ср  ср  Ср  Ср  ср  ср  быстр | Пр.  пр  пр  пр  1вд.2выд  И.п 2вд1выд  пр  пр  пр  1вд  2выд | **« Эстафета»**  Игроки обеих команд распределяются по всем снарядам четко придерживаясь своей стороны. Дети выполняют движения на снарядах. 1-ый круг каждый ребенок выполняетупражнение на одном снаряде и передает эстафету дальше. Начинать по сигналу. 2-ой круг по сигналу начинают передвижение сразу все дети. Выигрывает команда, которая первой пройдет все испытания.  В три колонны стройся.  **«Заяц»**  и.п стоя, палка перед грудью. 1. Прыжок на 2-х ногах с продвижением вперед. 2 вернулись в и.п. Упражнение начали! Упражнение закончили!  **« Машина»**  И.п. сидя на ягодицах. Ноги выпрямить, руки с палкой перед грудью. Упражнение начали! 1 передвинутся вперед, 2 передвинутся назад. Упражнение закончили!  **«Белка на ветке»**  И.п присед,палка под коленями, упор руками за концы палки. Прыжки с продвижением вперед. Упражнение начали! 1 прыжок, 2 и.п. Упражнение закончили!  **ОРУ в парах**  **«Встреча друзей»**  И.п.стоя лицом друг к другу на расстоянии большого шага от палки,палка лежит между детьми. Упражнение начали! Вдох, выдох в ритм шагов с вытянутым носком вперед. Поднимаем руки через стороны вверх. Остановились около палки на расстоянии шага,поклонились друг другу, поприветствовали.  **Передай палку другу**  Посмотрите как будут делать( приглашаю пару).Это упражнение для Вас новое смотрите внимательно. И.п.приняли. ребенок справа берет палку двумя руками,с захватом сверху на расстоянии ширины плеч. Сделали вдох. Упражнение начали! 1-наклон вперед-вниз. 2 и.п. Упражнение закончили!  **Перетяни палку**  И.п. сидя на ягодицах спиной друг к другу, палка между ними на полу. И.п.приняли.Упражнение начали! 1. 1-ый ребенок тянет на себя палку. 2. И.п., 3. 2-ой ребенок тянет палку на себя. 4 и.п. Упражнение закончили!  **Взлет самолетов**  Сели посмотрите как будут выполнять упражнение.Смотрите внимательно,потом будете выполнять самостоятельно.И.п. лежа на спине лицом друг к другу,держась за палку двумя руками,ноги вместе,вытянуты. По моему сигнулу (удар в бубен) одновременно поднимаете палку вверх и голову, грудь тоже поднимаем вверх выпрямляем ноги с вытянутыми носками,задержались в таком положении. Упр.начали! Закончили!  И.п. приняли. Сидя на полу палка внизу на полу. Упражнение начали! 1-вдох,подняли палку вверх; 2-выдох и.п.Упражнение закончили!  Стройся в одну колонну. В обход по залу шагом марш! Подняли руки через стороны- вдох, опустили-выдох.  Закрыли глаза,дышим с закрытым ртом через обе ноздри 1,2,3,4 – вдох; 1,2,3,4-выдох. Вот видите р-а какая хорошая у нас палочка-выручалочка,всем помогала выполнять упражнения правильно и красиво. Палочка вам говорит спасибо,что вы пришли на занятие и хорошо занимались.Давайте скажем палочке спасибо и попрошаемся с ней. Уход детей в группу. | **Начинать** по сигналу. След.упр. начинать только после передачи эстафеты.  Тянем носочки. Спинки прямо.  Упр.нов. Объясняю,затем показ.  Упр.новое.Показ парой с объясн. |