**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 шеренгуПерестроение в колоннуХодьба обычная со сменой ведущегоХодьба на носках руки вверхХодьба на пятках руки за головойХодьба на наружных стопах руки на поясеХодьба в приседе руки на коленяхХодьба скрестным шагом руки на поясеХодьба обычнаяИгра « слушай хлопки»Бег в колонне по одномуБег с высоким подниманием колен руки вверхБег с захлестом руки на поясеОбычная ходьбаПерестроение в колонну | 30с. Повторить 4р.3раза45с, повторить 3р. | медленныйбыстрый | произвольноеПроизвольное | 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.4р3м6р4рРаст.3м6р6р6р6р6р6р | Ср.СрБыстр.СрсрСрСрсрсрбыстр | Пр.прпрпр1вд.2выдИ.п 2вд1выдпрпрпр1вд2выд | **« 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. |