Цирк

Сюжетно – игровое занятие физической культурой для детей подготовительной к школе группе

Цель: создать условия для укрепления физического и психического здоровья детей: улучшение их двигательного статуса через двигательно – игровую деятельность.

Задачи: развивать физические качества и двигательные навыки детей: силу, координацию, гибкость, равновесие и выносливость; воспитывать нравственно – волевые качества: смелость, упорство, воля. Закреплять умение сохранять равновесие и осанку в упражнениях на ограниченной площади опоры, умение быстро переключать внимание и действовать по сигналу.

1ч Ребенок читает: Мы – артисты, мы- артисты цирковые,

 Начинаем представление сейчас

 Мы пока не чемпионы мировые,

 Не ищите их напрасно среди нас.

 Нам сегодня выступать приятно,

 Заходите, пропускаем всех бесплатно!

Звучат фанфары. Представление открывается

 Парад – алле начинается!

Под песню Шаинского «Цирк» дети выполняют ходьбу с подражательными движениями с перестроением в пары и обратно:

2ч.

 - На арене цирка выступают гимнасты!

Под песню «Лимонадный дождик» дети выполняют упражнения с гимнастическими лентами.

 Смельчак идет, смеется,

 Ни разу не споткнется,

 Нельзя ему споткнуться,

 Под куполом канат

 На противоположных сторонах зала ставятся ставятся две скамейки: одна узкой рейкой вверх, вторая как обычно.

 По скамейке идут выпадами, в конце выполняют гимнастическое упражнение «Ласточка», затем идут по узкой рейке гимнастической скамейки и в конце принимают позу «Кривое дерево» или «Петушок»

 Прыгуны, прыгуны

 Быть отважными должны,

 Толстякам и неуклюжим

 Можно прыгать лишь по лужам

Дети выполняют серию новых заданий:

1.Пробегание под вращающуюся скакалку

2.Переворот на кольцах

3.Прыжок – впрыгивание на гимнастическую скамейку

4Ходьба по скамье, в конце спрыгнуть в обозначенное место с поворотом 180\*

5Пробегание под скакалку с прыжком и выбеганием

 В мире все под силу магу

 Все на свете по плечу,

 И сейчас я непременно

 Вам все это покажу.

Инструктор достает из цилиндра цветок и дети выполняют гимнастические упражнения.

 Я поднимаю первый цветок,

 Дети строят высокий мосток («мостик»)

 Я достаю желтые цветы,

 Как птицы летят ребята мои ( «птички»)

 Розы мне головками кивают,

 Как мираж верблюды возникают («верблюд»)

 Лепестки цветочка раскрываются,

 И улитка появляется (полушпагат «улитка»)

 Это лучшие цветы на свете,

 Ловко делают качели дети ( «корзиночки»)

Дети строятся в колонну и идут по залу.

 В каждом цирке от души

 Их встречают малыши,

 Лица размалеваны,

 Выступают клоуны.

Дети делятся на две колонны, проводится эстафета «Клоуны».

Первый игрок «бревнышком» катится вперед, садится на пол, ждет следующих, затем все кладут руки на плечи впереди сидящих и сидя продвигаются до финиша.

В конце занятия каждый участник получает по шарику.