Конспект физкультурного занятия

в старшей группе на тему «Весна красная пришла»

**Программное содержание**: Доставить детям радость, создать хорошее настроение. В игровой форме развивать основные физические качества; быстроту, силу, ловкость, координацию, ориентировку в пространстве; закреплять навыки ползания, полученные на занятиях, развивать выразительность речи.

**Оборудование:** гимнастическая скамейка, обручи, искусственные цветы, воздушные шары.

Дети входят в спортивный зал.

-Здравствуйте, ребята! Я рада встречи с вами!

Я сегодня пришла в детский сад, а у меня на столе лежит письмо. Я не знаю, кто его прислал. Хотите узнать кто это??

Это Старичок- лесовичок.

Давайте прочитаем письмо?«Дорогие ребята! Случилась беда. Наступила весна, а лес не просыпается. Помогите разбудить цветы, зверей, птиц, насекомых. Старичок- лесовичок.

Поможем лесовичку разбудить всех в лесу (да)

-Тогда нам нужно отправиться на прогулку в лес.

Но, чтобы туда попасть, нужно ударить по волшебному шарику( Каждый ребенок подпрыгивает и ударяет по воздушному шарику.) Проверим свою осанку.

Плечи подняли, отвели назад, живот втянули. А теперь поднялись высоко на носочки, руки кверху, выросли, потянулись к солнышку.

**Вводная часть:**.

*Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороны стопы, «гусиный шаг».*

Воспитатель. А теперь:

Раз- два – три ноги поднимайте

Раз- два – три побыстрей шагайте

*Быстрая ходьба, переходящая в бег змейкой с перепрыгиванием, через препятствие.*

Вот мы и в лесу.

Здравствуй, лес.

Дремучий лес

Полный сказок и чудес!

Все открой, не утаи,

Ты же видишь мы - свои.

Вот мы и попали в лес на цветочную полянку.

Посмотрите, дети, сколько здесь весенних цветов.

Какие весенние цветы вы знаете? (подснежник, мать- и- мачеха, одуванчик). Подойдите к цветам и возьмите их в руки.

Ребята цветы не простые, а волшебные. Давайте, ребята понюхайте их.

*Дыхательное упражнение «Аромат цветов»(*через нос делаем спокойный вдох, задерживаем дыхание, медленно выдыхаем, А- ах ).

Вот мы и разбудили цветы.

**Общеразвивающие упражнения с цветами в руках**

Ребята! Впереди дремучий лес- там старые поваленные деревья. Помним нужно пройти, не упасть, подлезть под корягу и пробраться через густые кусты (*проползти по скамейке на камнях, спрыгнуть на две ноги на мат, пролезть в обруч, стоящий вертикально)*. Во время выполнения движений звучит фонограмма с записью голосов птиц.

Ой, ребята мы вышли на поляну. Давайте на этой полянке попробуем разбудить весенний лес.

**Подвижная игра . Весна, весна красна** *.*

Весна, весна красная (дети идут по кругу, взявшие за руки )

Приди, весна, с радостью ( идут в другую сторону),

с великой милостью со льном высоким(останавливаются, поднимают руки вверх, встают на носочках, вдох.

С корнем глубоким , (приседают, опускают руки, выдох ).

С хлебами обильными(взявшись за руки, бегут по кругу).

Ребята посмотрите вокруг.

Как стало в лесу (светло, радостно, весело, нарядно).

Как назовем полянку? (Солнечная)

Ребята! Давайте и мы порадуемся ласковому весеннему солнышку.

**Двигательная разминка.**

Чок-чок-чок на бочок.

Девочки и мальчики

Прыгают как мячики.

Весело хохочут.

Вот и разбудили насекомых, муравьев, бабочек, жуков.

**Пальчиковая гимнастика**

«Давайте сами превратимся в жучков.

Жук летит, жужжит-жужжит и усами шевелит.

Посмотрите, ребята, мы всех разбудили. И Старичок- Лесовичок стал веселым и довольным.

**Подведение итогов**

Ребята! Понравилось вам в лесу? Всех разбудили. Молодцы!