Частное дошкольное образовательное учреждения

Детский сад №211 ОАО «РЖД»

Физкультурное занятия с использованием нестандартного оборудования

« **Как коза с козлятами избушку строила»**

Составила : Волох Т.В.

г. Усть-Кут

2015г.

**Программные задачи:**

* Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в перешагивании через предметы «пенечки» высотой- 15 см., в ходьбе друг за другом на носках по полоскам положенными на пол. Продолжать учить детей ходить приставным шагом по ограниченной поверхности.
* Совершенствовать бег в колонне по одному, с высоким подниманием колен.
* Закрепить у детей навыки и умения, полученные на физкультурных занятиях – перепрыгивания через «ручеек», с приземлением на носочки. Ходьбе по ограниченной площади по «камушкам» ( мешочки с песком), в метании «камушков» правой и левой рукой.
* Вызвать интерес и желание заниматься физкультурой, вести здоровый образ жизни.
* Укреплять здоровье детей посредством упражнений и основных движений с использованием нестандартного оборудования.
* Создать радостное настроение.
* Развивать мышцы стопы с помощью специальных упражнений по профилактики плоскостопия, ловкость, внимания, быстроту реакции, укреплять костно – мышечный скелет детей.

**Оборудовани**я: массажная дорожка, «пенёчки» (майонезные ведерочки, сделанные под пенечки), «мостик, ручеек» (полоски линолеума, обшитые пробками) макеты деревьев, шапочки «козлят, козы, волка» гантели, «камушки» (мешочки с песком)

Ход.

Дети входят в зал и строятся в шеренгу.

Воспитатель: Ребята, сегодня, я хочу вам рассказать сказку, называется она «Как коза с козлятами строила избушку». Жила когда- то старуха - Горюха и была у нее коза с козлятами. Утром люди встанут, за работу примутся, а старуха все на печи полеживает. Только к обеду подымится, поест, попьет и давай говорить. Говорит, говорит, говорит – и соседками, и с прохожими, и сама с собой! А коза с козлятами в хлеву заперта – ни травки им пощипать, ни водицы попить.

Вос-ль: Ребята, как вы думаете почему старуха -Горюха стала такой ленивой?

Ответы детей: потому что не делала зарядку, не занималась спортом, не закаливалась.

Вос-ль: правильно, ребята. Она не занималась зарядкой и поэтому превратилась в ленивую старуху- Горюху.

А теперь мы свами превратимся в козлят. Я буду мама- Коза , а вы мои козлятки(одевают шапочки козлят)

Вот коза и говорит своим козляткам – козлятушки – детушки, не житье нам у старухи – Горюхи! Давайте – ка пойдем в лес , построим себе избушку и будем там жить.

Путь предстоит долгий, вставайте на дорожку, отправляемся

( Звучит музыка. Дети идут по залу)

Воспитатель:

На дорожку дружно встали

Наши ножки зашагали

(Ходьба по корригирующей дорожке)

Идите осторожно по ровненькой дорожке

Через, пенечки, через пенечки

(майонезные ведерки, сделанные под пенечки)

Узкий мостик впереди

На носочки встали мы

(Ходьба по дорожкам из линолеума с наклеенными пробками)

По канату мы пойдем

Ручеек мы перейдем

(Ходьба приставным шагом по канату)

Посмотрите, встретилась нам яблонька на пути. Давайте спросим можно нам под ней избушку построить. (стоит макет яблоньки)

Дети: яблонька, яблонька! Можно мы построим под твоими ветками избушку?

Яблонька отвечает: Не строй подо мной избушку. Ветер зашумит, мои яблочки упадут, твоих козляток ушибут. Ступай еще, куда- ни будь.

Воспитатель: пойдем дальше

но, надо поторопиться

солнышко вот уже садится

друг за другом побежали. (Бег в колонне по одному друг за другом)

Друг за другом мы бежим,

Тихо носиком мы дышим

Замелькали наши пятки (бег с высоким подниманием колен)

Поскакали как козлятки

Друг за другом побежали (бег в колонне по одному друг за другом)

Вот и к елочки прибежали.

Подбегают к елочке (стоит макет елочки)

Воспитатель с детьми: Ёлочка, елочка! Можно нам под тобою избушку построить?

Елочка отвечает: не строй подо мной избушку. У меня колкие иголочки. Козлятки будут играть и уволятся. Но я тебе немного помогу, чтобы твои козлятки стали сильными, я гантели вам дарю (под деревом лежат гантели)

Проводится ОРУ (с гантелями)

1.И. п.- о.с. гантели в обеих руках, внизу. 1-руки в стороны ;2-вверх; 3-в стороны; 4-и.п.- 6 раз

2.и.п. сидя на коленях, гантели в обеих руках в стороны, 1- встать на колени, руки соединить перед грудью, 2-сесть на пятки руки в стороны (6 раз)

3.И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки с гантелями вверху, 1-наклон вперед гантели положить на пол, 2-выпрямится, руки поднять вверх,3-наклон вперед, взять гантели, 4-выпрямится, руки с гантелями вверх (6раз)

4. И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки с гантелями внизу, 1-наклон вправо, 2-и.п.,3-наклон влево, 4-и.п. (по 3 раза в каждую сторону)

5.И.п. стоя, пятки вместе, носки врозь, руки с гантелями внизу, 1-присесть руки вперед, 2- и.п.3-присесть, руки вперед; 4-и.п.- 6 раз

6.прыжки 1- ноги в стороны, руки в стороны; 2-ноги вместе, руки внизу.(6 раз)

7.И.п. о.с., гантели лежат на полу. Катание гантелей поочередно правой и левой ногой(6 раз каждой ногой)

Воспитатель: Что же сильными мы стали. Пойдемте дальше мы искать место. Не устали вы идти? До березки б нам дойти. Приготовились, пошли.

Снова ручеек на пути у нас

Перепрыгнем мы сейчас.

ОВД.

(прыжки через ручеек)

Вдоль по бережку пойдем (ходьба по камушкам мешочкам с песком)

В руки камушки возьмём

Бросим мы их в воду дружно (бросают камешки - мешочки правой и левой рукой)

Идти нам дальше надо. Все препятствия прошли и к березки мы пришли. ( стоит макет березки)

Воспитатель: Березка, березка! Можно мы под тобой избушку построим?

Березка : я твоих козлят от зноя уберегу, от дождика спрячу, от ветра укрою. Строй подо мной избушку.

Воспитатель: ребята под березкой лежат кирпичики из них мы, и построим избушку. Вы приносите мне «Кирпичики», а я буду строить. Красивая у нас получилась избушка. Но в лесу живет волк, и он хочет с нами поиграть. Вы будете играть, бегать, а волк отдыхает под кустом. Как только я скажу волк, вы убегаете в избушку.

п\игра «Волк и козлята»

вот и закончилась наша сказка. Мы превращаемся в ребят, снимайте шапочки. Повернулись друг за другом. По залу шагом марш. Заключительная ходьба. Вы сегодня молодцы со всеми заданиями справились. Теперь мы с вами будем дружить со спортом, делать зарядку, закаляться и вырастим сильными, здоровыми и смелыми.