Конспект физкультурного занятия для детей средней группы «Путешествие в осенний лес»

ноябрь, 2014

Задачи:

Образовательная область: «Физическое развитие»:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.

- совершенствовать навыки ходьбы и бега с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, отталкиваясь носком.

- продолжать упражнять детей в подлезании под дугу, не касаясь руками пола, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.

- развивать пространственную ориентировку.

- приучать к выполнению действий по сигналу.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»:

- упражнять в коллективных играх, правилах добрых взаимоотношений;

- закреплять правила безопасного поведения во время игр.

Материалы оборудование: картонные листочки, два гимнастических бревна, две дуги, карусель.

Ход занятия.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание | Дозировка | Примечание |
| Вводная часть  Дети входят в зал в колонне по одному.  Построение в шеренгу, проверка равнения.  На-пра-во, за направляющим в обход по залу шагом марш!!  Ходьба:  - обычная  - на носках  Бег:  - легкий бег  Ходьба:  - обычная.  Бег:  - легкий бег.  Ходьба врассыпную.  Построение врассыпную. | 3-4 минуты | **Дети входят в зал и строятся в одну шеренгу.**  **Воспитатель по физк.: Ребята, отгадайте загадку:**  **Утром мы во двор идем-**  **Листья сыплются дождем,**  **Под ногами шелестят**  **И летят, летят, летят…**  **Когда это бывает?**  **(ответы детей).**  **- Верно, осенью. Я предлагаю отправиться в золотой осенний лес. Мы поиграем с осенними листочками, повстречаем разных животных.**  **Ребятки, а ведь в лесу много-много деревьев. Давайте и мы с вами превратимся в березки. Встаем на носки, руки вытягиваем вверх.**  **Следить за осанкой.**  **Вдруг по лесу пробежала лисичка.**  **Бежать легко, не наталкиваясь друг на друга.**  **Лисичка убежала, а мы с вами пошли дальше по лесу гулять.**  **Вдруг волчок побежал, наверно за лисичкой. Побежали друг за дружкой, как волчки.**  **Убежала и лисичка, и волчок.**  **А мы с вами пошли врассыпную, каждый по своей дорожке гулять.**  **Вот мы и пришли на осеннюю поляну.**  **Посмотрите сколько на ней листочков опавших.**  **Заняли свои места около листочков.** |
| Основная часть  Общеразвивающие упражнения с листочками:   1. «Дует сильный ветер»   И.п. – стоя ноги на ширине ступни, руки с листьями внизу.  1 – поднять руки с листьями вверх, 2-3 наклоны рук вправо-влево, 4 и.п.  2.«Летят листья по ветру, то вверх, то вниз».  И.п. – ноги вместе, руки с листьями внизу: 1-присесть, опустить листья на пол, 2- встать, поднять руки с листьями вверх, 3 –и.п.   1. «Спрятал ветер листья на лесных тропинках»,   И.п. – стойка на коленях, руки с листочками внизу, 1- 2 поворот вправо, оставить листок за спиной, 3-4 поворот влево, оставить листок за спиной, и.п.   1. «Закружил ветер листья в танце». И.п. – ноги вместе, руки с листьями в низу, 1-4 кружение в правую сторону, 5-8 кружение в левую сторону, 9-12 – ходьба на месте. 2. «Ветер стих».   И.п. ноги вместе, руки с листьями внизу. 1-2 поднять руки с листочками вверх, встать на носочки и посмотреть на листочки, 3 – и.п.  Основные движения.  Перестроение в две колонны.   1. Равновесие – ходьба по гимнастическому бревну на носках, руки в стороны. 2. Подлезание под дугу. | 12-15 минут  5-6 р.  5-6 раз.  По три раза в каждую сторону.  3-4 раза  4 раза | Дети стоят врассыпную около листочков  Теперь возьмем листочки.  Вдруг подул сильный ветер.  Следить за выпрямлением.  Следим за осанкой, пятки от пола не отрываем.  Ноги вместе. Следим за выпрямлением.  Спина прямая.  Дети складывают в корзину листочки.  Построение в одну шеренгу.  Проверка равнения.  А сейчас мы с вами побываем в настоящем лесу, и что же бывает в нем после сильного ветра.  Посмотрите, ветер завалил деревья, и ветки поломал.  Давайте мы с вами пройдем по бревну, и под веточками.  Руки в стороны прямые, спина прямая, смотрим перед собой.  Подойти боком, присесть и пройти под дугой, не касаясь руками пола и дуга, руки держим на поясе. Подняться, выпрямиться и хлопнуть в ладоши над головой.  Молодцы справились с заданием. Сложно было? |
| Заключительная часть  Подвижная игра:  «Найди себе пару».  Игра малой подвижности: «Карусель». | 3-4 минуты | А теперь пришло время поиграть с листочками.  Под музыку с листочком в руках, делаем подскоки свободно в одном направлении. Как только музыка остановится, нужно встать в пару с тем, у кого листочки одного цвета. Затем повторить.  Игра проводится с разноцветными лентами.  Вот и закончилось наше путешествие по золотому осеннему лесу. Что мы видели в нашем лесу, каких зверей встречали?  Выход из зала |