МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО

ВИДА № 5 «ДУБОК» СТАНИЦЫ АРХАНГЕЛЬСКОЙ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ТИХОРЕЦКИЙ РАЙОН

Конспект занятия по образовательной области «Физическое развитие»

для детей средней группы по теме

«Путешествие на волшебный остров».

Составила

Канюк Е.К.

инструктор по физической культуре

первой квалификационной категории

**2015 г.**

**Задачи.**

* Формировать умение бегать врассыпную с остановкой по сигналу.
* Обучить ходьбе по доске с мешочком на голове.
* Упражнять в выполнении прямого галопа.
* Развивать ловкость, глазомер, равновесие.
* Воспитывать интерес к двигательной деятельности.

**Инвентарь:** доска, мешочки с песком, мячи, гимнастическая скамейка, обручи.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части занятия | Содержание занятия | Дозировка | Методические указания |
| П  О  Д  Г  О  Т  О  В  И  Т  Е  Л  Ь  Н  А  Я | Построение в шеренгу. Создание игровой мотивации.  Воспитатель. Сегодня я получила письмо в котором жители волшебного острова пишут, что у них разбежались по острову все кролики. Они просят у нас помощи собрать их обратно в клетки. Поможем жителям острова? Но путь на волшебный остров трудный, справимся ребята? Тогда в путь.  **Ходьба обычная.**  Воспитатель. Идём по лесу. Голову нагибаем, ели не задеваем.  **Ходьба пригнувшись.**  Воспитатель. Лес прошли. Впереди непроходимые болота. На чем мы его можем преодолеть? Послушайте на чём я вам предлагаю преодолеть болото.  Не машет крылом, а летает,  Не птица, а вех обгоняет. (Самолёт)  Дети. Самолёт.  Воспитатель. Пролетает самолёт, с ним собрался я в полёт. Я мотор завожу (руки согнуты у груди выполняют вращательные движения кулаками) Поднимаясь в высоту, лечу.  **Бег по залу в рассыпную, руки в стороны.**  Воспитатель. «На посадку!»  Дети приседают.  Воспитатель. Давайте облетим круг над островом и приземлимся на аэродром.  Ходьба в колонне друг за другом с дыхательным упражнением и  перестроение в колонну по 3. | 1 мин.  1 мин.  15 сек.  15 сек.  1 мин. | Сохранять правильную осанку.  Сохранять правильную осанку |
| О  С  Н  О  В  Н  А  Я | Воспитатель. Проверим и отремонтируем самолёты. Подготовим их к обратному пути.  **ОРУ «Проверка и ремонт самолёта»**  **1.**Проверим мотор, И.П.-о.с., руки в стороны; 1-согнуть руки  Заведём его перед грудью; 2-3 круговые движения  предплечьями; 4-и.п.  **2.**Заправляем самолёт горючим И.П.-о.с., руки за голову; 1-2  наклон вперёд; 3-4 и.п.  **3.**Проверим взлёт самолёта. И.П. - лёжа на животе, руки под  подбородком; 1-2 приподнять руки и  ноги от пола; 3-4 и.п.  **4.**Разворот самолёта. И.П. – стоя на коленях, руки в стороны  1-2 наклон вправо; 3-4 и.п. 5-8 в другую  сторону.  **5.**Проверим пропеллер самолёта. Кружение на месте вправо, влево.  Воспитатель. Самолёты проверили, всё в порядке. Пойдёмте дальше по острову.  **Основные виды движений.**  Воспитатель. Встречаем необычных жителей острова. Они приглашают нас к себе в деревню. Пойдёмте за ними по тропинке но они просят принести с собой по камешку но не в руках, а на голове. А дальше пересядем на лошадок и поскачем галопом.   1. **Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе.** 2. **Прямой галоп, руки за спину.**   Воспитатель. Вот мы и в деревне у жителей волшебного острова. Но по деревне бегает много каких - то животных. Помогите их узнать. Там, где с деревьев свисают лианы, разные в джунглях живут (Обезьяны)  Обезьянки играли ловко кокосы друг другу катали. Давайте повторим за обезьянками. Выберете себе кружок и встаньте на него.   1. **Прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений одной рукой между предметами.**   Воспитатель. Жители волшебного острова просят помочь найти убежавших кроликов. Давайте пройдём к клеткам и представим, что мы это кролики.  **Игра «Кролики».**  Дети-кролики. По трое-четверо встают к обручи на полу-«клетки». Перед каждой клеткой обруч на подставке. Инструктор поочерёдно подходит к клеткам и выпускает кроликов – они пролезают в обруч, бегают и прыгают. На сигнал: «Кролики, в клетки!» возвращаются, пролезая в обруч. | 5 мин.  3 раза.  4 раза.  4 раза.  4 раза.  По 2 р.  4 мин.  2 раза.  2 раза.  3 мин.  2 раза. | Ладонь в кулак  Прогнуться.  Прогнуться.  Пролезать в обруч уступая друг другу место. |
| З  А  К  Л  Ю  Ч  И  Т  Е  Л  Ь  Н  А  Я | Воспитатель. Как кролики убежали мы теперь поняли. А где же он может прятаться?  Пальчиковая гимнастика.  **Под высокою сосной** Одна рука сосна- пальцы растопырены,  **Сидит заинька косой.** вверх. Другая рука – указательный и  средний образуют ушки, остальные  сжаты.  Воспитатель. Давайте найдём их.  *Дети ходят по залу и разыскивают игрушки зайцев. Ориентиром служат рисунки елей.*  Воспитатель. Всех кроликов мы нашли, жителям волшебного острова помогли. Ребята нам пора возвращаться домой в детский сад. Садимся в самолёты. Построение в колонну по одному.  **Дыхательное упражнение.**  Самолёт летит самолет гудит: Ходьба по залу руки в стороны.  «У-у-у» я домой лечу. Вдох носом, выдох через рот сложенный  Трубочкой со звуком «У»  Построение в шеренгу.  Воспитатель. Вот мы опять в нашем детском саду. Как вы считаете мы помогли жителям волшебного острова? А почему?  Дети. Мы сильные, смелые, отважные и внимательные. | 15 сек.  45 сек.  30 сек. | Шевелить пальцами.  Руки не опускать. |