**Физическая культура в разновозрастной группе (5-7лет ) с**

**использованием технологий Ефименко Н.Н.**

**Тема:** «Путешествие в сказочный мир»

**Цель:**

**Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу.

Упражнять в ползанье по гимнастической скамейки.

Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.

Повторить игровые упражнения.

**Развивающие**

**Воспитательная:**

**Оборудование:** две гимнастические скамейки, 6 мячей, 6-8 кубиков, цветы по количеству детей (из ткани или искусственные), волейбольная сетка, магнитофон, ковралин,

**Место провидения**: физкультурный зал.

**Конспект воспитательно – образовательной деятельности**

*Звучит музыка, дети проходят в спортивный зал и строятся в шеренгу по одному.*

**1 часть.** построение в шеренгу по одному, проверка осанки и равнения, по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному; ходьба и бег в колонну по одному по кругу.

*После ходьбы и бега дети образуют большой круг на ковралине.*

**2 часть.** Воспитатель: отправимся с вами в путешествие по сказочному миру.

Солнце утром рано встало и детишек приласкало.

(воспитатель демонстрирует упражнения, дети выполняют)

**Упражнение «Солнышко»**

Дети лежат на спине руки вдоль туловища.

- солнышко выглянуло из-за облака руки и ноги отвести в сторону на уровне плеч. Солнышко спряталось руки вдоль туловища, ноги вмести. Повторить 4-5 раз

Воспитатель: вот проснулись гусеницы и отправились путешествовать.

**Упражнения «Гусеница»**

Лежа ни животе, руки согнуты в локтях перед собой. Дети ползут на животе друг за другом по кругу зала. Повторить 2 круга.

Воспитатель: приползли гусеницы к речке, а переползти на другой бережок не могут.

**Упражнение «Мостик»**

Сидя на полу. Руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях. Приподнять бедра и покачивание бедрами в право, влево, пауза. Повторить 5-6раз

**Воспитатель**: пока мы с вами строили мостик из лесу вышли три медведя к речке и стали ходить по мостику.

*На середину зала ставится две гимнастические скамейки, задание выполняется фронтальным способом.*

**Упражнения «Медвежата»**

Лазанье по гимнастической скамейки на ладонях и ступнях «по- медвежьи» повторить 2-3 раза.

**Воспитатель:** на цветочную поляну прилетело много бабочек, поиграем с ними немножко.

*По залу разложить цветы из ткани ( бумаги), дети присаживаются на корточки возле цветков.*

**Упражнение «Бабочка»**

По сигналу «Бабочки порхают» дети носочках бегают по залу и машут руками (имитируя полет бабочек). На сигнал «Цветы» возвращаются к своему цветку. Повторить 4-5 раз.

**Воспитатель:** бабочки порхнули и улетели, а мы с вами поиграем.

***Игровые упражнения.***

**«Проведи мяч»**

В ряд ставят кубики (6-8 штук) расстояние между кубиками 1метр. Предлагается пройти между кубиками, отбивая мяч о пол в движении. Выполняется колонной по одному.

**«Перебрось и поймай»**

Играющие распределяются на две команды и встают по обе стороны от натянутой сетки. В руках у одной группы находятся мячи. По сигналу воспитателя дети перебрасывают мячи через сетку, ловят их после отскока об пол.

**Подвижная игра «Гуси – лебеди»**

На одной стороне зала (площадки) образуется дом, в котором находятся гуси. На противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово (примерно на середине зала), в котором живет волк, остальное место – луг. Выбираются дети, исполняющие роль волка и пастуха, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси (останавливаются и отвечают хором). Га, га ,га!

Пастух: Есть хотите?

Гуси. Да, да, да!

Пастух. Так летите!

Гуси: Нам нельзя:

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух: Так летите, как хотите,

Только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья (расставив руки в стороны), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (запятнать). Пойманные гуси идут в логово. После двух перебежек подсчитывается количество пойманных волком гусей. Затем выбираются новые водящие- волк и пастух. Игра повторяется 2-3 раза.

**3часть.** Ходьба в колонне по одному, построение в круг. Игра малой подвижности.

**«Летает не – летает»**

Дети стоят по кругу, в центре воспитатель. Он называет одушевленные не одушевленные предметы, которые летают и не летают. Например, воспитатель говорит: «Самолет летает, стул летает, воробей летает» и т. д. Дети должны поднять руки вверх, если назван летающий предмет.

В конце занятия дети делают дыхательную гимнастику вдох- выдох и возвращаются в группу.