

МБДОУ «Детский сад № 1 «Маленькая страна» города Новочебоксарска
Чувашской Республики

Конспект занятия по физической культуре
для детей средней группы
«Весёлые медвежата»

Подготовила:
инструктор по физической культуре
Фролова О.А

г. Новочебоксарск

Программные задачи:

Упражнять детей ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. Закреплять умение прыгать, через шнур с места, в ползании на четвереньках между предметами. В подвижной игре «Медведь и пчёлы» закреплять умение детей бегать с увертыванием ориентироваться в пространстве.

Оздоровительная:

Укреплять опорно-двигательный аппарат, сосудистую систему.

Развивающая:

Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, координацию движений, творчество, физиологическое дыхание, умение регулировать мышечный тонус

Воспитательная:

Желание проявлять волю, терпение во время выполнения упражнений, интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней, вызывать положительный эмоциональный настрой, воспитывать дружеские отношения и взаимопонимание.

Оборудование: гимнастическая скамейка, косички, кегли, маленькие эмблемы с изображением мишек.

Методические приёмы:

1. Загадывание загадки
2. ОРУ
3. ОВД
4. Подвижная игра «Медведь»

Ход занятия:

Вводная часть

Дети входят в спортивный зал под весёлую музыку и строятся в шеренгу

Инструктор: Здравствуйте, ребята! Проверка осанки, равнения. Ребята отгадайте, пожалуйста, загадку:

Летом ходит без дороги между сосен и берёз,
А зимой он спит в берлоге, от мороза пряча нос!

Дети : Медведь

Инструктор: Молодцы, ребята! Это медведь. А вы хотите превратиться, в весёлых медвежат?

Дети : Да

Инструктор: Тогда я раздам вам эмблемы и теперь вы не ребята, а весёлые медвежата

Мы весёлые ребята	Ходьба в колонне по одному
Наше имя медвежата	На внешней стороне стопы руки на поясе, обычная ходьба, на носках руки за голову, обычная ходьба, на пятках руки за спиной, обычная ходьба, переваливаемся с ноги на ногу как «мишки»
Мишки по лесу пошли По тропинке вдаль зашли Лапы выше поднимают По тропинке вдаль шагают.	Ходьба с высоким подниманием ног руки в стороны, обычная ходьба
Мишки быстро побежали На малинный след напали	Лёгкий бег друг за другом
А теперь наши мишки шагают, и вдох выдох выполняют	Упражнение на дыхание

Инструктор: ребята наши мишки пришли на лесную полянку, где мы сейчас сделаем разминку.

ОРУ без предметов

1.Медвежата в чаще жили, головой своей крутили	И.п. о.с.ноги на ширине стопы, руки на поясе повороты головы в стороны бр.
2.Медвежата мёд искали, дружно дерево качали	И.п. о.с. ноги на ширине стопы, руки внизу 1-2-поднять руки вверх, помахать ими 5-6раз в каждую сторону
3.Ну- ка мишка повернись, ну-ка мишка покажись.	И.п. о.с.стоя руки на поясе 1-поворот туловища в правую сторону, руки в

	стороны; 2-и.п. 3-поворот туловища в левую сторону, руки в стороны; 4-и.п. по 3 раза в каждую сторону
4. «Мишки из речки воду пили»	И.п. о. с. ноги на ширине плеч, руки на поясе 1-наклон вниз, руками дотронуться до пола 2-и.п. бр.
5. «Приседают наши мишки»	И.п.о.с. ноги на ширине ступни, руки на поясе 1-присесть, руки вперёд 2-и.п. бр.
6. «А потом мишки плясали, выше лапы поднимали»	И.п.о.с. ноги вместе, руки внизу, прыжки руки вверх, ноги врозь чередовать с ходьбой 3-4р.
Упражнение на дыхание «Ёжик»	

Инструктор: Молодцы ребята медвежата разминку провели вы очень хорошо, ребята так как мы с вами мишки а они живут в лесу давайте мы с вами отправимся на лесную полянку

Инструктор: Ну что в путь

Инструктор: Ну, вот мы и в лесу, посмотрите как много поваленных деревьев, медвежатам нужно пройти ровно по брёвнышку, на середине присесть, и пройти дальше, проползти между деревьев и кустарников, прыжки через прутья.

ОВД:

1. Ходьба по гимнастической скамейке и.п. руки в стороны на середине скамейке присесть.
2. Ползание на четвереньках м/у предметами
3. Прыжки через косички 2-3 раза

Инструктор: Молодцы мишки со всеми заданиями справились, теперь можно полакомиться мёдом. Подвижная игра «Медведи и пчёлы» (игра проводится 3-4 раза)

Инструктор: Наелись мёда? Всем хватило? Ну что ж, пора в группу возвращаться. Только сначала нужно превратиться обратно в детей. Один, два повернись и в ребяток превратись!

Инструктор: Ребята понравилось вам сегодня быть медвежатами? С заданиями все справились? Какие, задания вызвали затруднения? (ответы детей)

Инструктор: Вы сегодня постарались и со всем, справились, на этом наше занятие закончено до свидания ребята, до скорой встречи.

Используемая литература:

Литература:

1. Быть здоровыми хотим. Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада М.Ю. Картушина Москва, 2004
2. Подвижные тематические игры для дошкольников /Сост. Т.В. Лисина, Г.В. Морозова.-М.:ТЦ Сфера, 2016.-128 (Библиотека воспитателя)
3. Подвижные игры для старших дошкольников: интеграция образовательных областей в двигательной деятельности.- СПб.:ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2018-128