

ОГРН 1026605764790 ИНН 6664066659 / КПП 667901001
✉ 620085, г. Екатеринбург, ул. Агрономическая, 61 ☎ (343) 256-47-02

КОНСПЕКТ
физкультурного занятия
«Мы волшебники изумрудного города»
в подготовительной группе
МБДОУ детский сад № 405 «Родничок»

Выполнила:
Петровых Анастасия Антоновна
инструктор по физ.культуре

Программное содержание:

Продолжать обучать детей элементам спортивной игры (кегли); добиваться активного движения кисти руки при броске; продолжать обучать детей физическим и танцевальным упражнениям различной направленности, выполнять их в согласовании и взаимосвязи с музыкой, передавая ее ритм, темп, характер с помощью движений.

Учить лазанию с пролета гимнастической стенке по диагонали; развивать эмоциональную сферу у ребенка; развивать физические качества – быстроту, ловкость; развивать глазомер, добиваясь активного движения кисти руки при броске;

Способствовать проявлению выносливости и силы во время выполнения упражнений;

Совершенствовать ходьбу, бег, лазанье, прыжки, добиваясь естественности, легкости и точности выполнения движений; совершенствовать равновесие, координацию движений;

Воспитывать привычку сохранять правильную осанку; воспитывать морально – волевые качества: выдержку, настойчивость в достижении положительных результатов, самостоятельность.

Оборудование:

2 гимнастические скамейки, 2 дуги для подлезания, ленточки по количеству детей, мешочки по количеству детей, шведская стенка, бревно для равновесия, обручи, кегли.

Предварительная работа:

Чтение произведения Волкова «Волшебник изумрудного города» (с использованием мультимедиа)

Музыкальное развлечение «По дороге к сказке»

Рисование на тему «Волшебник изумрудного города»

Конструирование на тему «Изумрудный городок»

Физкультурное развлечение «Путешествие в сказку»

Физкультурные занятия.

Ход занятия

Содержание занятия	Дозировка	Методические указания
1.Подготовительная часть	3минуты	
1.Построение. Приветствие.	1 минута	Лопатки сведены, смотреть вперед.
Инструктор: Дети, знаете ли вы сказку «Волшебник изумрудного города»? хотите помочь Элли и ее друзьям в исполнении их желаний? Тогда в путь! Для того чтобы помочь Элли и ее друзьям надо сделать разминку, разогреть наш организм.		
1.Ходьба в колонне по одному обычным шагом; на носочках, руки на поясе; на пятках; на внешней стороне стопы; в полуприсяде; на высоких четвереньках («слоник» грудью вниз, «крабик» грудью вверх);	4минуты	Следить за положением осанки, соблюдением дистанции. Дыхание не задерживать.
2.Бег на носках; с изменением направления; приставным правы и левым шагом; с преодолением препятствий (прыжки через гимнастическую палку).	3минуты	На сигнал «Бегом марш!» - бег по залу, отталкиваться с обеих ног одновременно. Слушайте сигналы и точно выполняйте задание.
3.Восстановление дыхания. «Надуваем воздушные шары».	1минута	Дышать медленно, плавно, но без пауз. Сосредоточиться на органах дыхания. Надуваем воздушные шары. Обратить внимание на продолжительный выдох.
2.Основная часть. Инструктор: Ребята, мы отправляемся к замку Гингема. Нам нужно подготовиться к предстоящему приключению. Перестроение в 3 колонны, для проведения ОРУ. Комплекс ритмической гимнастики – стоя.		
1.И.п. – О.с. руки на поясе. Повороты и наклоны головы вправо и влево. 2. И.п. – О.с. руки на поясе. Поочередное поднятие плеч. 3. И.п. – О.с. Прямые руки в стороны, вверх в стороны – о.с. 4. И.п. – О.с. Упражнения для рук на внимание. 5.И.п. – о.с. руки на поясе. Повороты туловища вправо (влево) с выносом пятки, руки согнуты в локтях.	6 минут	Спина прямая, следить за осанкой. Плечи поднимать выше, лицо выражает удивление. Руки выпрямлять полностью. Движения точно согласовывать с музыкой. Напрягать мышцы рук, стоящая нога на пятке – прямая, а другая согнута. Спина прямая, живот втянут, ноги не отрывая от пола, колени не сгибать, движения широкие, тянутся за рукой.

6.И.п. – о.с. руки на поясе. Наклон вперед, коснуться руками пола с продвижением рук вперед, вернуться назад руками в исходное положение. 7. И.п. – о.с. руки на поясе. Приставной шаг влево и вправо. 8.И.п. – о.с. руки на поясе. Прыжки «крестиком» 9. и.п. – о.с. ходьба на месте.		Держать спину прямо, ноги не сгибать. Следить за осанкой, прыгать легко, помогая себе руками. Следить за осанкой, колени вместе, одновременно делает наклон колен, голова делает поворот в противоположную сторону. Вытягивать ногу до конца, носок тянуть, колени вместе.
--	--	---

Инструктор: Ребята, вот мы и подошли к замку Гингема, который находится на высокой горе. Мы должны с вами помочь Страшиле приобрести ум (найти книгу), а Льву – храбрость. Для этого нам нужно преодолеть препятствия.

Переходим к ОВД

1. Доползти до болота 2. Перебраться через болото 3. Перейти пропасть 4. Влезть в гору 5. Пройти по коврику для плоскостопия	5 минут	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Ходьба по доске равновесия. Лазанье по гимнастической стенке вверх. Ходьба переменчивым шагом
--	---------	---

Инструктор: Ребята, мы преодолели препятствия, а теперь чтобы Страшиле вернуть ум (книгу), а Льву – храбрость, нам надо войти в замок и найти там книгу. Для этого нам надо подняться и переползти с одной горы на другую, где и находится книга. (Дети преодолевают препятствие и за шторой находят книгу). Вот мы и помогли Страшиле вернуть ум, а Льву – храбрость. А что Гингема сделала Дровосеку? (отняла сердце и разбила его на части). Ребята, давайте поможем Дровосеку вернуть сердце. Чтобы помочь Дровосеку надо еще преодолеть одно препятствие.

1.Сбей кегли	4	Следить за осанкой и правильной стойкой.
1.Метание в вертикальную цель	минуты	Метание способом от плеча.

Инструктор: Ребята, вот мы и преодолели препятствия, помогли Дровосеку вернуть сердце, посмотрите, какое оно. (инструктор показывает, вырезанное из цветной бумаги). Итак, мы вернули Дровосеку – храброе сердце, Льву – храбрость, Страшиле – ум. Пора нам возвращаться в детский сад. А чтобы вернуться в детский сад побыстрее мы поиграем. Подвижная игра «Ловишки с ленточками». Вот мы и в детском саду.

3.Заключительная часть. Чем сегодня занимались на занятии? Какое доброе дело сделали? В какую игру играли?	3 минуты	Молодцы, ребята! Вы справились со всеми заданиями хорошо. Наше занятие закончилось. Спасибо, До свидания!
--	----------	---