План конспект сюжетно - игрового занятия по физической культуре

с детьми средней группы

Тема: «Путешествие по лесным дорожкам»

Зубеева Ольга Юрьевна, воспитатель структурного

подразделения детский сад ГБОУ СОШ с. Георгиевка

**Интеграция образовательных областей:** физическое развитие; познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие.

**Цель:** развитие двигательных умений и навыков через физкультурно-экологическую деятельность.

**Задачи:**

**-**учить ходить по гимнастической палке боком приставным шагом;

-обучать поворотам налево, направо;

- упражнять в ползании по скамейке на животе;

- развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость, быстроту;

-закреплять умение детей использовать здоровьесберегающие технологии;

- совершенствовать технику выполнения прыжков на двух ногах;

-выполнять ведущую роль в игре, осознанно относиться к выполнению правил игры;

-продолжить знакомство с картами схемами.

**Методы и приемы:** - практические: выполнение движений, подвижная игра, игровой самомассаж, упражнение на релаксацию.

- наглядные: показ способов выполнения упражнений, игрушки в соответствии с сюжетно-игровыми образами, показ карты схемы.

- словесные: объяснения, уточнения техники выполнения, вопросы, ответы детей, загадки, использование сюжетно-игрового текста.

Материалы и оборудование: гимнастическая скамейка, 2 гимнастические палки, 3 дуги, гантели по количеству детей (по 2 штуки), массажный коврик, обручи 5 штук, кегли 6 штук, таблетки для ходьбы(гусеница), игрушки (птичка, ежик, гусеница, заяц, медведь, змея, лягушка), маска медведя, бубен, ноутбук, флеш-карта с музыкальным сопровождением.

**Формы организации совместной деятельности**

|  |  |
| --- | --- |
| Виды детской деятельности | Формы и методы организации совместной деятельности |
| Двигательная | ОРУ, основные движения, самомассаж стоп. |
| Игровая | Подвижные игры с правилами, релаксация. |
| Коммуникативная | Вопросы, ответы на вопросы педагога, загадки. |
| Музыкальная  | Музыкальное сопровождение. |

**Логика образовательной деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Деятельность инструктора | Деятельность воспитанников | Ожидаемые результаты |
| 1. 2 минуты | Педагог предлагает детям выполнить следующие команды:- построение,- проверка осанки,- остановка, - перестроение. | Дети выполняют следующие команды инструктора:построение перед входом в зал,проверяют осанку,входят в зал колонной, останавливаются по команде, перестраиваются в шеренгу. | Дети умеют держать строй, дистанцию, ориентироваться в пространстве спортивного зала при выполнении перестроения, проявляют самоконтроль и взаимоконтроль осанки.Четко выполняют инструкции. |
| 2.5 минут |  Вводная часть.Инструктор предлагает детям» прогуляться по лесу»:-перестроение детей из шеренги вколонну;-выполнениедвижений в соответствии с текстом.Жарким днем лесной тропой звери шли на водопой.За мамой лосихой топал лосенок.За мамой лисицей крался лисенок.За мамой медведицей шел медвежонок.За мамой ежихой катился ежонок.За мамой зайчихой - косые зайчата.За мамою белкой бежали бельчата.Волчица вела за собою волчат.Все мамы и дети напиться хотят.Инструктор предлагает выполнить упражнение на дыхание «Ворона». | Дети перестраиваются.Дети выполняют вместе с инструктором все движения в соответствии с текстом:-обычным шагом руки на поясе.-ходьба с притопом.-ходьба на носках.-ходьба на внешней стороне стопы.-ходьба на пятках.-прыжки на двух ногах с продвижением вперед.-бег на носочках.-ходьба широким шагом.Дети выполняют упражнения на дыхание.И.п.: ребёнок стоит прямо, слегка расставив ноги и опустив руки.Вдох - разводит руки широко в стороны, как крылья, медленно опускает руки и произносит на выдохе: «каррр». | Дети:-умеют: перестраиваться из шеренги в колонну;-выполнять подражающие движения;-менять движения в соответствии с сигналом.Дети умеют выполнять упражнения на дыхание. |
| 3.4 минуты |  Основная часть.Инструктор организует перестроение детей из колонны в круг.Инструктор задает детям вопросы:-Посмотрите, нет ли поблизости лесных зверей.-Каких вы знаете?-Предлагаю выполнить упражнения. Они помогут вам быть сильными и ловкими и никого не бояться.ОРУ с гантелями.**1.** «Мишка просыпается»Он в берлоге спит зимой под большущею сосной.     А когда придет весна просыпается от сна.**2.**«Белка собирает орешки»Кто на ветке шишки грыз          И бросал объедки вниз?**3.** «Лисичка греется на солнышке»          Хвост пушистый, мех золотистый,          В лесу живет, в деревне кур крадет.**4.** «Рядом лисята играют в прятки»**5.** «Волчата проснулись и тоже начали играть»**6.** «Зайчата испугались волчат и запрыгали в разные стороны»Кто стоит среди травы          Уши выше головы?Построение детей в колонну по одному. | Дети перестраиваются, Отвечают на вопросы.Дети выполняют вместе с инструктором упражнения:И.п.- ноги на ширине плеч, руки внизу.1 – поднять плечи вверх2 – опустить вниз  (повторять 6-7 раз)И.п. - ноги на ширине плеч, руки внизу1 – поднять руки вверх2 – опустить руки вниз  (повторять 6-7 раз)И. п. ноги вместе, руки в стороны.1- руки к плечам2- руки в стороны(6-7) раз.И**.**п. ноги на ширине плеч.1- руки вверх2- наклоны вниз (повторять 6-7 раз)1- присесть2-встать  (повторять 6-7 раз)И.п. - ноги вместе, руки на поясе – прыжки вперед, назад.(повторять 6-7 раз) | Дети:умеют перестраиваться из колонны в круг;- совершенствуют технику выполнения ОРУ с гантелями. |
| 4.4 минуты | Основные виды движений.Инструктор предлагает рассмотреть карту схему и определить маршрут.-В лесу много разных жителей.-Вот птички на веточках.-Ежик прячется в кустах.-Гусеница ползет по листочку.-Вот зайчата по дорожке скачут, вытянувши ножки.-Медведь пробирается в берлогу.-Змея ползает по тропинке.-Лягушки скачут по кочкам | Дети рассматривают карту схему и определяют маршрут движения.Дети выполняют движения поточным способом: -ходьба по гимнастическим палкам боком приставным шагом, руки на поясе.-ходьба по массажному коврику.-ползание по скамейке на животе.-прыжки на 2 ногах через обручи.-пролезание под дугами.-ходьба змейкой между кеглями-ходьба по кочкам | Дети учатся ориентироваться по карте схеме, умеют выполнять новое упражнение,умеют выполнять движения поточным способом. |
| 5.2 минуты | Инструктор предлагает детям поиграть в подвижную игру «У медведя во бору». Педагог объясняет правила подвижной игры. | Дети играют в игру,выполняют движения в соответствиями с правилами. | Проявляют быстроту и ловкость, умеют двигаться в разных направлениях, не сталкиваясь.Умеют выполнять правила, действовать по сигналу. |
| 6.1 минута | Инструктор предлагает детям сделать самомассаж стоп. | Дети выполняют самомассаж стоп:-разминают пальцы на ногах;-стучат кулачками по стопе;-поглаживают стопу. | Дети владеют элементами техники самомассажа стоп. |
| 7.1 минута | Инструктор предлагает детям выполнить упражнение на релаксацию «Мишка отдыхает». Инструктор напоминает детям, чем занимались на занятии. | Дети ложатся на пол, закрывают глаза и выполняют инструкции педагога. | Дети умеют выполнять упражнение на релаксацию, умеют слушать педагога и четко выполнять инструкции педагога. |
| 8.1 минута | Инструктор предлагает детям вспомнить чем занимались на занятии, что нового узнали. | Дети отвечают на вопросы. | Дети могут определить новое упражнение и восстановить ход занятия. |