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 вверх  2 – опустить вниз  (повторять 6-7 раз)  И.п. - ноги на ширине плеч, руки внизу  1 – поднять руки вверх  2 – опустить руки вниз  (повторять 6-7 раз)  И. п. ноги вместе, руки в стороны.  1- руки к плечам  2- руки в стороны(6-7) раз.  И**.**п. ноги на ширине плеч.  1- руки вверх  2- наклоны вниз (повторять 6-7 раз)  1- присесть  2-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. |