**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад «Ручеёк»**

**Конспект непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию.**

**Тема: «Веселое путешествие в зоопарк**»

Подготовила: воспитатель Лыткина Ирина Александровна

**с. Гадалей**

**Тулунский район**

**Иркутская область**

**2018 год**

**Конспект занятия по физической культуре в подготовительной группе**

**Тема: «Веселое путешествие в зоопарк**»

**Цель:** укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой.  
**Задачи:**

**Оздоровительные:**

- развивать крупную и мелкую мускулатуру рук, ног, туловища

- укреплять рук и плечевого пояса, мышцы ног.

**Образовательные:**

- закреплять навык в подбрасывании мяча двумя руками вверх и ловля его, в скольжении по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, в прыжках из обруча в обруч.

**Воспитательные:**

- воспитывать активность, самостоятельность, создать условия для развития у детей двигательного творчества.

**Методы и методические приемы:** показ, упражнения, объяснение, индивидуальная работа, анализ.

**Интеграция образовательных областей:**

- Физическое развитие

- Познавательное развитие

- Социально-коммуникативное развитие

- Речевое развитие

- Художественно - эстетическое развитие

**Место проведения:** спортивный зал

**Продолжительность занятия:** 30-35мин

**Оборудование:** 1 скамейка, 4 обруча, корзина с мячами, канат, для подвижной игры «Бездомный заяц», для каждого (ребёнка)зайца обруч для его дома, картинки со зверями.  
**Ход занятия.**  
Построение в шеренгу по одному  
Воспитатель: Плечи расправили, животы втянули, руки прижали к телу  
Группа - равняйсь, смирно! Здравствуйте!  
Воспитатель: Сегодня мы с вами отправимся в путешествие, а куда, вы узнаете сами когда соберёте картину.

Узнали это место. Как оно называется?

Воспитатель: Вот сегодня мы с вами отправляемся в зоопарк.

Ребята, а что мы должны приобрести, чтобы нас пропустили в зоопарк.

Воспитатель: Верно. Вы сейчас пройдёте в кассу и приобретёте билеты.

Воспитатель: Готовы путешествовать. Направо, раз- два!   
За направляющим в обход по залу шагом марш.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части и содержание занятия. | Дози-ровка. | Темп. | Методические указания. | Приёмы.  Методы. |
| Вводная часть.  Ходьба:  - в колонне по одному со сменой темпа  - приставным шагом  - в приседе, руки на коленях  -на внешней стопе.  -с высоким подниманием колена.  Бег.  - Обычный  -с захлестом голени, руки на поясе  - змейкой  - в рассыпную  Шагом марш  Упражнение на дыхание | 2 мин.  3 мин.  30 сек. | Средний  Средний. | Ребята, следим за осанкой (спинку выпрямили, носики подняли, смотрим в затылок друг другу, близко не подходим) **Указания:** Плечи расправлены. Руки работают правильно  **Указания:** Приставляем пятку одной ноги к носку другой Идем по узкой тропинке.  **Указания:** Колени мягко пружинят  **Указания:** (спина ровная, соблюдаем дистанцию) Из лесу вышел медведь.  **Указания:** руки на пояс, спина прямая.  **Указания:** Спина прямая, руки на поясе.  **Указания:** Дышим носом, выдыхаем через нос.  Придерживаем дистанцию между собой.  Не наталкиваясь друг на друга  **Указания:** Идем шагом. Восстанавливаем дыхание. Вдыхаем носом на выдохе воздух проходит через рот. | Способ организации поточный  Использование художественного слова  Поощрение  Пояснение |

Воспитатель: перестраиваемся в 2 колонны, через середину. Раз - два, раз – два, на месте стой раз- два! На право!

Наконец то, мы с вами добрались до зоопарка.

Сейчас мы с вами проведём звериную аэробику.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части и содержание работы. | Дози-ровка. | Темп. | Методические указания. | Приёмы и методы. |
| **Основная часть.**  Общеразвивающие упражнения **Звериная аэробика**  1. «Идём в зоопарк». И.п. –о.с. руки на поясе  Переступающий шаг с пятки на носок, руки на поясе  2. «Медведь чешет спинку об дерево». И.п. – о.с. руки опущены вниз Попеременно поднимать и опускать правое и левое плечо, затем одновременно два плеча.  3. «Обезьяна срывает бананы с ветки». И.п. – руки опущены вниз, ноги на ширине плеч Поднять правую руку через стороны вверх, затем левую. Опустить правую руку вниз, затем левую. 4. «Большой пятнистый жираф покачивает своей длинной шеей». И.п. – ноги шире плеч, руки вверху в замке. Наклоны в стороны.  5. «Страус с длинной шеей спрятал свою голову в песок». И.п. - ноги шире плеч, руки вверху в замке. Наклоны вперёд, коснуться руками пола, ноги не сгибать.  6. «Хищная пантера потягивается на солнышке». И.п. - Сидя на пятках, грудь касается колен, руки вытянуты вперёд, лежат на полу. Не отрывая рук от пола, выпрямить ноги, лечь на живот, руки прямые.  7. « Хитрая лиса» И.п. – сидя на полу ноги согнуты в коленях, наклоны ног вправо, влево  8. «На полянке зайка прыгает от кустика к кустику». Прыжки на двух ногах из стороны в сторону, вперед-назад.  Молодцы, ребята, разминку закончили.  А **теперь переходим к основным видам движений.**  Дети, мы с вами продолжим свой путь по зоопарку, подходим к клетке с обезьянками.  1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками хватом с боку.  2. Бросание и ловля мяча двумя руками.  3. Ходьба по канату, руки на поясе.  Подвижная игра «Бездомный заяц»  **Цель:**   * Развитие у детей старшего дошкольного возраста умения ориентироваться в пространстве и быстро бегать.   **Задачи:**   * Развивать внимание, память, координацию движений, умение оценивать ситуацию и делать соответствующие выводы; * Вызвать интерес к игре; * Повысить положительный настрой.   Упражнение на дыхание  Воспитатель: Ребята, наше путешествие не закончилось, и мы с вами попадаем в террариум к змеям  Воспитатель: Змеи какие? Они очень гибкие красивые.  1.Сидя, ноги вместе, наклоны вперёд к носкам. 2. Сидя, ноги врозь, наклоны вперёд, к правой ноге, к левой ноге. 3.«Маленькая бабочка». 4. «Большая бабочка». 5.«Наклоны в стороны». 6.«Коснись ухом руки». 7.«Цветок тянется к солнцу».  8. **Релаксация«Котята».**  Цель: снятие напряжения мышц тела, снижение утомления.  Представьте себе, что вы маленькие, пушистые котята. Котята целый день шалили, но вот наступила ночь, котята легли на коврик, вытянули лапки, дышат ровно, спокойно, котята засыпают. Хозяйка накрыла котят мягким теплым одеялом. Котята согрелись, им снится, как в теплый солнечный денек они играют во дворе, как их гладит добрая хозяйка. Котятам хорошо спится. Но вот наступило утро, котята просыпаются, потягиваются, открывают глазки. Их ждут новые веселые игры.  Молодцы, ребята!  **3 часть. Заключительная.**  Вот и закончилось наше путешествие!  Где вы сегодня путешествовали? Что вам сегодня понравилось? Куда бы вы хотели отправиться в следующий раз? Вы сегодня были умными, быстрыми, ловкими, дружными.  Построились в колонну.  За направляющим в обход по залу шагом Марш! На выход шагом марш. | 8 раз  8 раз  8 раз  по 4 раза каждой рукой  по 4 раза в каждую сторону  6 раз  6 раз  по 4 раза в каждую сторону  по 6 раз  По 1 разу каждый ребёнок  30 сек.  6 раз  По 4 раза  По 4 раза  По 4 раза  6 раз | Средний  Средний  Средний  Средний  Средний  Средний  Средний  Средний  Средний  Средний  Средний  Игра высокой подвижности.  Средний  Спокойный  Средний | Обращаем внимание на осанку и правильное выполнение упражнений.  Руки прижаты к туловищу.  Поочерёдно поднимать и опускать руки.  Держать спину ровно, руки прямые в замке.  Ноги не сгибать.  Выгнуть плавно спину.  Стараться коснуться пола.  Спина прямая, руки на поясе.  Дети строятся в 1 колонну, 2 человека готовят: 1 скамейку, 1 корзину с мячами ,4 обруча, канат  Обезьянка ползёт по дереву.  Обезьянка ловит кокос.  Обезьянка ходит по лиане.  **Задание:** Проползти по скамейке (показывает ребенок), перепрыгнуть с "ветки на ветку" (через обручи), подойти к корзине двумя руками подбросить мяч и поймать, назад вернуться приставным шагом, руки на поясе - по канату (лиана) Воспитатель обращает внимание, что делать упражнение нужно качественно.  Убираем все пособия.  **Ход игры:**   Выбирается «охотник» и «бездомный заяц». Остальные «зайцы» стоят в обручах – «домиках». «Бездомный заяц» убегает, а «охотник» догоняет. «Заяц» может встать в домик, тогда «заяц», стоявший там, должен убегать. Когда «охотник» поймал «зайца», он сам становится зайцем, а «заяц» - «охотником».  Вдох носом – выдыхаем через рот и проговариваем ку - ка - ре - ку  Дети под звуки восточной мелодии выполняют движения.  3.Сидя, стопы соединить, развести колени в стороны как можно шире. 4.Лёжа, ноги вверх, развести прямые ноги в стороны как можно шире, помогая руками.  5.Сидя «по-турецки», наклониться в правую сторону, левая рука над головой, правая рука сбоку в упоре, то же в другую сторону. 6.И.п. – то же. Движение головой вправо, влево. Руки вверху сомкнуты в замок. 7.Сидя «по-турецки», ладони соединить на уровне лица. Медленно поднимать руки вверх и развести согнутыми в стороны так, чтобы локти смотрели вниз, а ладони вверх.  И.П.: лёжа на спине, руки вдоль туловища, ноги вытянуты.  Стараемся успокоиться. | Использование художественного слова  Показ  Пояснение  Общая и индивидуальная оценка выполнения упражнений  Приёмы:  Объяснение  Показ ребёнка  Показ воспитателя    Индивидуальная помощь  Положительная оценка  Пояснение  Оценка деятельности детей. |