КОНСПЕКТ

открытого физкультурного занятия «Воробушки»

(Средняя группа)

ВОСПИТАТЕЛЬ: Елизарова Юлия Валерьевна

г. Ростов-на-Дону

Программное содержание:

1.Продолжать учить детей спрыгивать с невысоких предметов мягко приземляясь на полусогнутые ноги.

2. Упражнять в ходьбе змейкой, по ограниченной поверхности, закреплять умение строиться в круг.

3. Прививать любовь к физической культуре.

4. Развивать двигательную активность.

5. Оборудование: маски воробья, кота; гимнастические скамейки, канат, стойки, бубен.

6. Длительность: 20- 25 минут

7. Форма одежды: спортивная

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть занятия | Содержание | Дозировка | Методические указания |
| Вводная | Построение, приветствие.  - Ребята, сегодня мы поиграем так. Вы будете маленькими воробышками, а я – вашей мамой воробьихой.  Ходьба по кругу с характерными движениями рук «помахивание крыльями».  А теперь воробышки поставили крылышки на пояс идем на носочках.  Спрятали воробышки крылышки за спинку, ходьба на пятках.  А теперь слушаем внимательно музыку, когда музыка перестанет играть  вы остановитесь.  Уснула воробьиха, а воробышкам только того и надо. Расправили они крылышки и разлетелись кто куда. Летают воробышки по всему залу.  «Воробьиха» просыпается.  Чик-чирик, чик-чирик,  Что за шум? Что за крик?  В круг скорее становитесь,  А сейчас, мои ребятки,  Воробьиная зарядка. | Средний темп | Повороты на месте.  Ходьба по кругу.  Ходьба на носках, руки на поясе.  Ходьба на пятках, руки за спиной.  Упражнение на внимание.  Бег по кругу врассыпную, в чередовании с ходьбой.  Перестроение на ОРУ. |
| Основная | 1. машем крыльями  И.п. ноги узенькой дорожкой, крылышки опущены.  В: поднять крылышки в стороны помахали, опустили.  2. умываемся  И.п. ноги широкой дорожкой, крылышки на поясе.  В: наклон вперед, характерные движения «умывания»  3. найдем зернышки  И.п. ноги вместе, крылышки опущены.  В: присели, постучали по полу, выпрямились.  4. учимся летать  И.п. ноги вместе.  В: прыжки на месте со взмахами, в чередовании с ходьбой.  5. мы растем  И.п. ноги вместе, крылышки опущены.  В: поднять крылышки вверх, потянуться – вдох, и.п. – выдох.  ***Основные движения:***  Полетим мы стайкой дружной,  Друг за другом встанем дружно.   На дальнюю полянку  Отправимся сейчас.  Там много вкусных зерен припасено  для вас.  Смотрите, сколько деревьев. Летим друг за другом, чтобы никто не отстал и в лесу не заблудился.  Пройдем по узкому мостику через речку.  Вот мы с вами и пришли на чудесную полянку, сколько здесь вкусных зерен. А тут будет наш дом. Сейчас я вас научу, как спрыгивать с веточки на землю.  П.и. «Воробушки и кот» | 3 раза  3 раза  3 раза  10\*2  3 раза  Средний темп  Средний темп  3-4 раза.    3 раза. | Построение в колонну по одному.  Ходьба змейкой между стойками.  Ходьба по ограниченной поверхности.  Обратить внимание на то, чтобы дети ровняли носки по краю скамейки, спрыгивали мягко, приземляясь на полусогнутые ноги.  Следить за тем чтоб дети не наталкивались друг на друга. Подвести итог какие воробушки и какой ловкий кот. |
| Заключительная | Ходьба по кругу.  «Сон в сосновом лесу»  - Набегались воробышки за день, наигрались, спать захотели. Легли на «травку» закрыли глазки. Тихо  лежат ножки расслаблены и спокойны крылышки. И приснилась им чудесная полянка, зеленая трава и красивые цветы. Вот летит пчелка,  ветерок чуть колышет траву, солнце ласково согревает все вокруг. Стало воробышкам тепло и уютно, они посмотрели чудесный сон, проснулись отдохнувшими и бодрыми.  Анализ занятия. |  | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Основная | 1. машем крыльями  И.п. ноги узенькой дорожкой, крылышки опущены.  В: поднять крылышки в стороны помахали, опустили.  2. умываемся  И.п. ноги широкой дорожкой, крылышки на поясе.  В: наклон вперед, характерные движения «умывания»  3. найдем зернышки  И.п. ноги вместе, крылышки опущены.  В: присели, постучали по полу, выпрямились.  4. учимся летать  И.п. ноги вместе.  В: прыжки на месте со взмахами, в чередовании с ходьбой.  5. мы растем  И.п. ноги вместе, крылышки опущены.  В: поднять крылышки вверх, потянуться – вдох, и.п. – выдох.  ***Основные движения:***  Полетим мы стайкой дружной,  Друг за другом встанем дружно.   На дальнюю полянку  Отправимся сейчас.  Там много вкусных зерен припасено  для вас.  Смотрите, сколько деревьев. Летим друг за другом, чтобы никто не отстал и в лесу не заблудился.  Пройдем по узкому мостику через речку.  Вот мы с вами и пришли на чудесную полянку, сколько здесь вкусных зерен. А тут будет наш дом. Сейчас я вас научу, как спрыгивать с веточки на землю.  П.и. «Воробушки и кот» | 3 раза  3 раза  3 раза  10\*2  3 раза  Средний темп  Средний темп  3-4 раза.    3 раза. | Построение в колонну по одному.  Ходьба змейкой между стойками.  Ходьба по ограниченной поверхности.  Обратить внимание на то, чтобы дети ровняли носки по краю скамейки, спрыгивали мягко, приземляясь на полусогнутые ноги.  Следить за тем чтоб дети не наталкивались друг на друга. Подвести итог какие воробушки и какой ловкий кот. |
| Заключительная | Ходьба по кругу.  «Сон в сосновом лесу»  - Набегались воробышки за день, наигрались, спать захотели. Легли на «травку» закрыли глазки. Тихо  лежат ножки расслаблены и спокойны крылышки. И приснилась им чудесная полянка, зеленая трава и красивые цветы. Вот летит пчелка,  ветерок чуть колышет траву, солнце ласково согревает все вокруг. Стало воробышкам тепло и уютно, они посмотрели чудесный сон, проснулись отдохнувшими и бодрыми.  Анализ занятия. |  | |