

Конспект физкультурного занятия «**На помощь насекомым**» для детей средней группы.

Цель: Создавать условия для развития физических качеств у детей среднего дошкольного возраста.

Задачи:

- упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, ходьбе широким шагом, упражнять в прыжках в длину с места, упражнять в бросках мяча от груди через веревку, прокатывании предметов двумя руками.

- способствовать укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем; закрепить умение детей выполнять упражнения, укрепляющие свод стопы, формирующие навыки правильной осанки.

- развивать мышление, воображение, умение показывать образы насекомых через имитационные движения.

- доставить детям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, чувства сопереживания.

Оборудование: «Гусеничка» (косичка, ленточка или игрушка), мячик, веревочка, кружочки из картона 2-3 шт.

Ход занятия:

Утро начинается, начинается

(руки постепенно поднимаем вверх),

Дети улыбаются, улыбаются

(показываем улыбку),

Вот и глазки наши видят

(моргаем глазами),

Вот и ушки наши слышат

(массируем мочки ушей),

Вот и носик задышал,

(вдох, выдох выполняем два раза)

Всем я «здравствуйте!» сказал.

Родитель: К нам в гости прилетела бабочка (можно взять игрушку).

Здравствуй, бабочка! Почему ты плачешь?

Что случилось?

Бабочка: После зимы насекомые ослабли и не могут выполнять работу, муравьи не могут строить муравейник, кузнечики разучились прыгать, а некоторые и вовсе летать...

Родитель: Ребята, что случилось? Мы можем помочь? Как? (ответы детей).
Бабочка, как же мы насекомым сможем помогать, они же такие крошечные, испугаются нас...

Бабочка:

По тропинке вы пройдёте,

В насекомых превратитесь.

Всем дружно помогите,

Силу, ловкость покажите!



Ходьба обычная по кругу.

Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен,

широким шагом, «змейкой», со сменой направления по сигналу, тоже в беге.

Бег по кругу с приседанием на звуковой сигнал.

Ходьба с дыханием и наклонами

ОРУ с «гусеничкой» (косичка, ленточка или игрушка, можно сделать самим)



1. «Гусеницу в руки возьмём и зарядку с ней начнём»

И.п.: о.с. руки с «гусеницей» опущены.

Выполнение: 1 – руки поднять вверх, 2-наклониться в сторону, 3-4 – вернуться в и.п.

2. «В сторону гусеничка ползёт, а в стороне той – поворот»

И.п.: стойка ноги врозь, руки внизу. 1 – поворот вправо руки перед собой, 2-вернуться в и.п. 3-4 – тоже самое в другую сторону.

3. «Гусеница вниз ползёт - выполним наклон вперёд»

И.п.: широкая стойка, руки подняты вверх.

1- наклон вперёд, коснуться гусеничкой пола, 2-вернуться в и.п. 3-4 – повторить упражнение.

4. «Не ленитесь, приседайте, гусеничку не отпускайте»

И.п.: широкая стойка, руки вытянуты перед собой. 1,2,3 – перенести вес тела на правую ногу, выполнять пружинистые приседания, «гусеница» перед собой, 4 – вернуться в и.п. 5-8 – тоже самое в левую сторону.

5. «На землю дружно сядем, как ноги тренировать покажем»

И.п.: сидя на полу в упоре, гусеница за стопами, прямые ноги перед собой. 1-4 – поочерёдное отведение прямой ноги в сторону. Тоже самое в другую сторону.

6. «Устала гусеничка зарядку выполнять и решила полежать»

И.п: о.с, «гусеничка» на полу. 1-8 прыжки через гусеницу боком; в чередовании с ходьбой.

7. «Мы зарядку показали и все дружно подышали»

Глубокий вдох - потянулись вверх, выдох - наклон вниз.

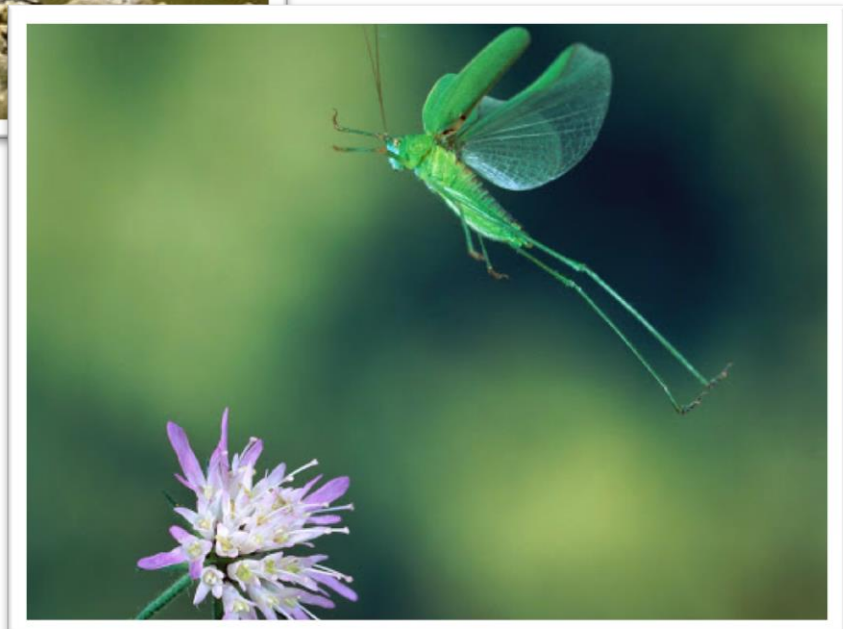
Родитель: Посмотрите, кого мы встретили? (Картинка жучка, см ниже) Чему научить надо жуков?



Игровое задание «Перелёт жуков» с мячом: перебрасывание мяча от груди через веревку.

Родитель: Отправимся дальше по тропинке.

(Смотрим картинку «Прыжок Кузнечика»).



Посмотрите на картинку, кого встретили? Чему научим Кузнечика?

Игровое задание «Кузнечик»: прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

Родитель: Посмотрите, кого встретили? (картинка «Муравьи и ягодка»). Чему надо научить муравья?



Игровое задание «Помоги Муравью». По сигналу прокатываем мячик между игрушек, змейкой в одну сторону, а затем обратно. Упражнение повторить 2 раза.

Отправимся дальше по тропинке (картинка «Насекомые прячутся от птицы»). Чему насекомых надо научить?



Подвижная игра «Насекомые и птица»

В небе птица пролетала,

Насекомых увидела!

Раз, два, три, четыре, пять

При птице будем замирать!

Водящий родитель- «Птица», дети- «насекомые». Под музыку дети имитируют различных насекомых (прыгают, летают, ползают). Как только музыка меняется, дети замирают и не двигаются. Птица пролетает, внимательно смотрит на каждого, не шевелится ли кто. Того игрока, который пошевелился, отводит в своё гнездо. Повторить 2- 3 раза, затем тоже, только насекомые убегают от птицы в домик (кружок из картона).

-Что после занятия надо сделать? (ответы детей).

Отдохнуть и подышать.

Глубокий вдох руки наверх, выдох наклон вниз, руки опустили, расслабили.

Дети, как вы считаете, получилось помочь насекомым? Посмотрите, к нам прилетела бабочка! Расскажем бабочке, что вам больше всего понравилось.

