

Конспект игрового физкультурного занятия в старшей группе «Страна счастья»

Конспект игрового физкультурного занятия в старшей группе

«Страна счастья»

Программное содержание:

- Учить вести мяч ногой по кругу вправо и влево, останавливать ногой; закрепить умение отбивать мяч одной рукой, стоя на месте; совершенствовать умение вращать обруч на талии.
- Развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений, внимание, настойчивость в достижении цели.
- Воспитывать дружеские отношения в игре, умение действовать в коллективе согласованно.
- Прививать интерес к физкультуре и потребность в ежедневных занятиях физкультурой.

Оборудование: дидактическое пособие «Волшебный парашют», массажные коврики: «Травка», «Морские камешки», мячи из сухого бассейна, мячи футбольные и баскетбольные по количеству детей, карточка-схема игрового упражнения «Вертушка», обручи по количеству детей, музыкальное сопровождение В.И. Шаинский «Вместе вфеедо шагать»,

Ход занятия

I Вводная часть.

Построение в шеренгу.

- В шеренгу становись!
- Равняйся! Смирно! Вольно! Сообщение темы и цели занятия.

Инструктор по физической культуре: Ребята, что такое счастье?

Ответы детей: счастье - это когда светит солнце и небо голубое; счастье - это когда все друзья вместе с тобой; счастье - это когда вместе с мамой и папой катаемся на карусели; счастье - это когда мы смотрели салют; счастье - это когда все люди веселые и здоровые.

Инструктор по физической культуре: Да, ребята, все это верно. И самое главное Счастье -это, прежде всего, здоровье. И сегодня я предлагаю, вам, побывать в «Стране Счастья», где все мы вместе будем играть, веселиться и главное укреплять свое здоровье.

Сегодня на занятии мы будем выполнять упражнения с мячом: ведение ногой и остановка, отбивание одной рукой на месте; вращать обруч на талии, играть в веселые игры. Вы готовы? (Да) Тогда вперед!

- Направо! Раз, два!
- Налево в обход по залу, шагом-марш!

(Звучит музыка В.И. Шаинский «Вместе весело шагать»)

- ходьба в колонне по одному по периметру зала;
- ходьба на носках, руки в стороны;
- ходьба на пятках, руки за головой;
- ходьба перекатом с пятки на носок;
- ходьба по массажным дорожкам «травка», «морские камешки»;
- бег в среднем темпе в чередовании с бегом с захлестыванием и выбрасыванием прямых ног;

Построение в круг.

Инструктор по физической культуре: Наконец мы добрались до «Страны Счастья». И не смотря на то, что сейчас осень, все здесь яркое и красивое. Нет места унынию и скуке. В «Стране Счастья» много сюрпризов и первый - это «волшебный парашют»

Инструктор по физической культуре: И сейчас мы выполним общеразвивающие упражнения с парашютом.

II Основная часть.

ОРУ с дидактическим пособием «Волшебный парашют»

1. И.п.: о.с. парашют держим двумя руками, руки опущены

1. поднимаем руки вверх, выполняем взмах, образуя купол.
2. опускаем руки вниз, парашют опускается

(8 раз)

2. И.п.: стоим боком, держим парашют левой рукой, правая рука на поясе, ноги на ширине плеч

1. наклон в левую сторону и при наклоне коснуться правой рукой левой руки
2. И.п. (4 раза)

Затем повернуться в другую сторону. И выполнить 4 раза

3. И.п.: сидя на полу лицом к парашюту, ноги разведены в стороны, руки на поясе

1. наклон вперед, коснуться парашюта
2. 2-Ил.

(8-10 раз)

4. И.п.: легли на живот, двумя руками держим парашют, руки вытянуты вперед, ноги вместе

1. одновременно поднимаем прямые руки и ноги «золотая рыбка» 2-И.п.

(8 раз)

5. И.п.: о.с., парашют держим двумя руками, руки опущены

1. приседаем, руки вперед
2. И.п.

(8 -10 раз)

6. И.п.: о.с., руки на поясе

Прыжки «звездочка»: ноги врозь, руки врозь - ноги вместе, руки на поясе .

7. Ходьба и бег по кругу.

Инструктор по физической культуре: А сейчас я предлагаю вам прокатиться на веселой карусели.

Игра «Карусель» с парашютом.

8. Упражнение на восстановление дыхания «Вверх-вниз» с парашютом (в медленном темпе поднимаем — «вдох» и опускаем — «выдох» парашют)

Инструктор по физической культуре: А вот и еще один сюрприз - под парашютом в корзине лежат футбольные и баскетбольные мячи.

Основные виды движения

1. Ведение мяча ногой вокруг парашюта, руки за спиной. Остановка ногой, по сигналу, руки в стороны.
2. Отбивание мяча одной рукой, стоя на месте (дети стоят спиной к парашюту и выполняют задание).
3. Вращение обруча на талии.

Инструктор по физической культуре: А сейчас, посмотрите на карточку. Какое упражнение здесь показано? (ответы детей: «вертушка» - вращение обруча на талии)

Дошкольники выполняют вращение обруча на талии.

1. Игровое упражнение «Салют»
Описание игрового упражнения.

Дети набирают как можно больше шариков из сухого бассейна и кладут их на парашют. Затем берутся двумя руками за палочки на краях парашюта и медленно поднимают его, говоря слова «раз, два, три!». После слова «три!» бросают шарики вверх. Затем бегут и собирают шарики, снова кладут их на парашют, и игровое упражнение снова повторяется.

Подвижная игра:

Игра «Радуга»

Описание игры.

Дети держат парашют двумя руками за палочки на краях, встав вокруг парашюта таким образом, что каждому достается сектор определенного цвета. Поднимая и опуская парашют, произносят слова:

Раз, два, три,

Радуга взлети!

Инструктор выбирает два не расположенных рядом цвета и называет их. Ребята, резко вскинув руки, поднимают парашют вверх, образуя купол, а дети, стоявшие у сектора названного цвета, быстро пробегают под ним. Так инструктор называет все цвета. Главное - внимательно слушать и быстро реагировать!

Заключительная часть

Релаксация «Волшебные облака»

Ребенок ложится на определенный сектор парашюта, головой к центру, закрывает глаза. (Инструктор по физической культуре говорит слова, а дети мимикой лица показывают)

По небу плыли облака, и я на них смотрел. И два похожих облачка найти я захотел.	Наблюдение за воображаемыми облаками с выражение внимания и интереса: лицевые мышцы слегка напряжены, глаза прищурены
Я Долго всматривался ввысь и даже, шурил глаз, А что увидел я, то вам я расскажу сейчас;	Мышцы лица расслабляются, появляется улыбка.
Вот облачко веселое смеется надо мной: Зачем ты шуришь глазки так? Какой же лоб сморщен, ты смешной!	Выражение грусти на лице: уголки губ опущены, брови немного сдвинуты,
А вот другое облачко... расстроилось буквой «О», всерьез: Его от мамы ветерок вдруг далеко унес.	Выражение страха: глаза широко раскрыты рот, лицо напряжено.
И вдруг по небу грозное страшилище И кулаком громадным сердито летит мне грозит	Выражение удивления: глаза и рот широко открыты

А маленькое облачко над озером плывет, Потянулись, а теперь откройте глаза, потому что И удивленно облачко приоткрывает рот: нам пора возвращаться в наш детский сад

- Ой, кто там, в глади озера пушистенький такой? Такой мохнатый, мягонький, летим и ты со мной!

Так очень долго я играл и вам хочу сказать,

Что два похожих облачка не смог я отыскать

Итог. Построение в шеренгу. Предложить детям оценить свою работу на занятии: похлопать в ладоши так сильно, как хорошо они занимались.