

Физкультурное занятие для подготовительной группы по теме "Финист Ясный Сокол"

Смирнова Татьяна Павловна,
инструктор по физической культуре МАДОУ №324,
г. Екатеринбург

- Развивать эмоционально-коммуникативную сферу дошкольника. Создавать благоприятные условия для развития чувства партнерства и освоения способов позитивного взаимодействия.
- Формировать у детей положительное отношение к окружающим, правильную самооценку и сбалансированность эмоционального состояния.
- Помочь ощутить радость от совместной двигательной деятельности.
- Формировать у детей умение выполнять движения в паре.
- Совершенствовать навык работы с мячом в паре, умение лазать с преодолением препятствий; развивать и совершенствовать двигательное творчество.

Оборудование: мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка 4 пролета, веревки по количеству пар, маски персонажей

Оформление зала: сказочные иллюстрации

Ход занятия

Вводная часть. Песня "Приходите в сказку к нам"

Дети заходят в зал, становятся в шеренгу.

Звучит вступление к сказке.

Педагог: Расскажу я вам, ребятунки сказку старую старинную, про родную землю матушку, про дела происходящие. Жили – были в славном детском саду № 324 мальчишки Ясны Соколы и девчонки Аленки. Дружно жили, в обиду друг друга не давали. И залогом этой дружбы было перышко Финиста. Случилась беда, украл перышко Картаус - рыжий ус. И прислал он ребятам такое обращение: «Без перышка наступят у вас ссоры и раздоры, а вернуть перышко будет нелегко. Тогда вы найдете его, когда пройдете тридевять земель, преодолеете трудные преграды, да и не потеряете своих друзей в пути».

- Этюд "Пожелания друзьям"

Дети стоят в шеренге, руки в стороны, соединяют ладони и желают смелости, ловкости, дружбы, удачи.

Педагог: Ну, что, друзья, отправляемся в путь.

- расчет на первый, второй, перестроение в две шеренги, построение в пары.

Музыка «Солдатские песни» в исполнении оркестра народных инструментов

1. Ходьба в колонне парами

- ходьба на носках

- ходьба на пятках, свободные руки в стороны;

Педагог: Опутал злой Картаус ноги наших ребяташек паутиной, говорит, не смогут дети идти вдвоем на трех ногах.

- ходьба на трех ногах;

Педагог: Напустил колдовские чары Картаус на девочек, превратились они в кошечек, и должны они пройти через воротца, которые им построят мальчики

- змейкой между ногами;

То же мальчики (змеи).

2. Бег. Бег с поворотом 180°. Боковой галоп парами, держась за руки, руки в стороны.

3. Ходьба.

Перестроение парами в две колонны

Педагог: Вот и пришли мы в волшебный лес. Смотрите, тут послание от Картауса: «Дальше по лесу вы сможете только в том случае, если выполните упражнения, да не по одному, а в парах». Сможем, ребята Вас ждут испытания, и справиться с ними вам поможет друг.

Основная часть. ОРУ в парах

1. “Потягивание”

И.п. стоя лицом друг к другу, ноги врозь, держась за руки.

1-2-3-4 подъем на носочки, руки вверх;

5-6-7-8 медленно опускаемся в и.п. 6 раз

Педагог: Подул сильный ветер Раскачались могучие дубы.

2. “Наклоны”

И.п. стоя спиной друг к другу, ноги на ширине плеч, взявшись за руки, руки в сторону

1-2 наклон вправо;

3-4 влево. 8 раз

Педагог: Ребята, давайте Картаусу покажем, что у нас сильные не только мальчики, но и наши Аленушки!

3. И. п. Стоя лицом друг к другу, руки в упоре, упорная нога чуть впереди.

1-4 перенос веса с одной руки на другую. 8 раз

Педагог: Ну, а теперь перед нами река, переплывем ее на лодке!

4. “Лодочник!”

И.п. сед лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги согнуты в коленях, стопы стоят на полу,

1-2 – один отклоняется назад, другой тянется за ним вперед;

3-4 –смена положения; 8 раз

Педагог: А волны на реке все выше и выше!

5. “Волна”

И.п. лежа на животе головами друг к другу, взявшись за руки, ноги вместе.

1- 2 –подъем туловища вверх, руки в стороны

3-4- возвращаемся в и. п. 6 раз

Педагог: Все хорошо справились с этим заданием, а помог нам друг и его крепкое плечо. Давайте почувствуем его.

6. “Руки на плечи к другу”

И.п. о.с. на расстоянии шага друг от друга

1- руки на плечи друга

2-3 наклон вниз

4- и.п. 8раз

Педагог: Это хорошо, когда друг рядом. Но не только крепкие руки, но и сильные ноги помогут преодолеть испытания.

7. “Сильные ноги”

И.п. о.с. на расстоянии шага друг от друга, руки сцеплены внизу.

1- полуприсед, коснуться друг друга коленями

2- и.п. 8раз

Педагог: Но не только сила нужна, а еще добрая душа. Давайте поделимся с другом хорошим настроением.

8. “Потянись к другу”

И.п. сед ноги врозь лицом друг к другу, руки в упор

1-2 наклон вперед, коснуться ладонями друг друга

3-4 и.п. 8раз

Педагог: А Картаус не унимается, завертел, закружил он наших путешественников.

9. «Вертушка”

И.п. о.с. правым боком друг к другу с захватом под локти

Выполнять подскоки на одной ноге в правую и левую сторону.

Педагог: вот мы и проверили, какие мы ловкие, сильные, добрые и заботливые. И я надеюсь, что любые трудности друзьям по плечу. Теперь мы можем войти в волшебный лес

ОВД в парах по подгруппам

Музыка волшебного леса.

1. Девочки:ходьба в полном приседе по гимнастической скамейке
“преодолеваем лесные завалы”

Девочка идет в полном приседе по гимнастической скамейке, мальчик идет рядом по полу, придерживая за руку девочки.

2. Лазанье по гимнастической лестнице

Мальчики передвигаются по гимнастической лестнице в висе, используя хват сверху, девочки приставным шагом проходят по канату.

Педагог: Все в порядке? Справились с заданием? А как помогали вам ваши друзья, заботились о вас, страховали на высоте. Но Картаус опять опутал все своей любимой паутиной

3. Прыжки через натянутые веревки.

Дети парами садятся на колени лицом друг к другу на расстоянии 4 шагов. В руках каждого ребенка – край натянутой веревки на уровне колен. Первая пара кладет веревку на пол и перепрыгивает через все натянутые, возвращается на свое место и натягивает веревку. Затем вторая пара кладет веревку на пол и повторяет задание. И так каждая пара по очереди.

Педагог: Вот мы проверили свою силу, ловкость и выносливость. Но задания все сложнее: нужно преодолеть сказочную поляну перекидывая друг другу волшебные мячи, чем меньше мы мячи уроним, тем быстрее достанем волшебное перышко.

4. Передвижение по залу приставными шагами, перебрасывая друг другу мячи.

5. Перекаты: один ложится на пол, вытянув руки и ноги, другой его перекатывает, затем меняются местами.

Педагог: Добрались мы до царства Картауса. Но как же нам усыпить его бдительность.

Наши Соколы Ясные и Аленушки неразлучные друзья и сами немножко волшебники. Сейчас они минуточку подумают посоветуются, один превратится в скульптора, другой в глину и слепят они сказочных героев, Картаус ни за что не догадается кто к нему в царство пришел.

Игра « Скульптор»

Заключительная часть.

Звучит музыка волшебного леса

Инструктор в маске Картауса

Картаус: Ребята, вы такие дружные и веселые, преодолели преграды, помогли друг другу в пути и никакие злодейские чары не разобьют вашу дружбу. И пусть волшебное перышко финиста всегда будет в вашем детском саду беречь вашу дружбу.