

Физкультурное занятие в подготовительной группе, построенное на подвижных играх.

Цель: совершенствовать физические качества детей, повышать двигательную активность детей, закрепить основные виды движений в подвижных играх.

Задачи:

Обучающие: формировать у детей интерес к различным видам игр.

Развивающие: развивать активность детей в процессе двигательной деятельности. В процессе игры развивать речь, обогащать словарный запас.

Воспитывающие: воспитывать дружеские взаимоотношения.

Материалы и оборудование: разноцветные обручи, платочки, мячи, корзинки, зонтик. Маски для подвижных игр (волк, зайцы, лиса, водяной). Музыкальное сопровождение.

Ход занятия.

В. Любим мы веселье, смех,

Много игр мы знаем.

И сейчас ребята здесь

С вами поиграем.

В: Ребята, сегодня мы проводим занятие, которое построено на знакомых нам подвижных играх. И первая игра называется

«Затейники» («Ровным кругом») (с ходьбой и ОРУ).

Ход игры:

Выбирается водящий. Он встает в центр круга. Дети держатся за руки, идут по кругу и произносят слова:

«Ровным кругом,

Друг за другом,

Веселее не зевать,

Все что нам покажет

Будем дружно выполнять!»

Дети останавливаются. Водящий показывает движения, а дети за ним повторяют.

1. И.п. основная стойка ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища 1-поднять руки в стороны 2-руки вверх, хлопнуть в ладоши над головой 3-руки в стороны 4-исходное положение (8 раз) **(МАША)**
2. И.п. стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе, 1-поворот вправо, левую прямую руку отвести вправо 2-исходное положение, 3- поворот влево, правую прямую руку отвести влево, 4-исходное положение. (6 раз) **(РИТА)**
3. И.п. стойка ноги на ширине ступни, руки на поясе 1-руки за голову 2-присесть, 3- встать, руки на пояс, 4-исходное положение (6-8 раз) **(ВАНЯ)**
4. И.п.- сидя ноги врозь, руки на поясе. 1-наклон к правой ноге, коснуться пальцами рук носков ног, 2-выпрямиться, руки в на пояс, 3- наклон к левой ноге, коснуться пальцами рук носков ног, 4- исходное положение. (7-8 раз) **(ВЕРОНИКА)**
5. И.п. основная стойка (ноги вместе), руки на поясе. Прыжки ноги вместе, ноги врозь на счёт 1-8, повторить 3-4 раза в чередовании с небольшой паузой. **(МАКСИМ)**

В: Хорошо, молодцы ребята, и следующая игра

«Зайцы и волк».

Цель игры: закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, учить действовать по сигналу.

Ход игры:

Играющие изображают «зайцев», кто-то из детей «волк». На одной стороне зала «зайцы» стоят в «домике». «Волк» прячется на противоположной стороне зала – в «овраге».

Воспитатель произносит:

Зайцы скачут скок, скок, скок,

Да на белый на снежок,

Приседают, кушают,

Осторожно слушают, не идёт ли волк.

В соответствии с текстом «зайцы» выпрыгивают из домиков, прыгают по залу, присаживаются – слушают. Как только произносят слово «волк», «волк» выскакивает из «оврага» и бежит за «зайцами», стараясь поймать их (коснуться). «Зайцы» убегают в свой домик, где «волк» их не может ловить. Пойманных зайцев «волк» уводит к себе. Игра проводится 2-3 раза.

«Охотник и зайцы» (прыжки и метание).

На одной стороне площадки очерчивается место для охотника. На другой стороне обозначаются кружками места зайцев. Охотник обходит площадку, как бы разыскивая следы зайцев, затем возвращается к себе. Воспитатель говорит: «выбежали на полянку зайцы». Зайцы выбегают и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По сигналу «охотник!» зайцы останавливаются, поворачиваются к охотнику спиной, а он, не сходя с места, бросает в них мячом. Тот заяц, в которого попал мяч, считается подстреленным и охотник уводит к себе. Продолжительность игры 5 - 7 минут.

Поиграем в игру «Бездомный заяц»

(бег с уворачиванием и ловлей, быстрая ориентировка в пространстве)

Ход игры:

Из числа играющих детей выбираются по считалке «охотник» и «бездомный заяц». Остальные дети – зайцы располагаются в домиках (в обруче).

Бездомный заяц убегает от охотника.

Спасти заяц может, забежав в чей-то домик, но тогда заяц, стоявший в обруче, становится бездомным зайцем и должен сейчас же бежать.

Пойманный заяц становится «охотником».

В: молодцы, ребята. Вот и закончили мы играть в эту игру. А сейчас встаём парами и будем играть в игру **«Найди свою пару»**

Игра средней подвижности «Найди свою пару».

Цель игры: учить детей двигаться под музыку, развивать творческие способности детей.

Ход игры: Дети стоят парами. Звучит музыка, дети танцуют под музыку по одному. Музыка заканчивается, воспитатель говорит слова: «Парами вставайте, носами прилипайте....» . Дети находят друг друга и встают в пару, прислонившись друг к другу той частью тела, которую назовёт воспитатель. Игра проводится 3-4 раза.

«Снеговик».

На первую часть стихотворения дети «скатывают» снежный ком, затем изображают снеговика: руки на поясе, спина прямая, мышцы напряжены, улыбка. Снеговик растаял, мышцы расслаблены, руки упали вниз, голова опущена.

1.Давай, дружок, смелей, дружок, кати по снегу свой снежок.

Он превратится в снежный ком и станет ком снеговиком.

2.Его улыбка так светла! Два глаза, шляпа, нос, метла!

Но солнце припечет слегка – увы! И нет снеговика!

Вот и закончилось наше игровое занятие! (Прощание с гостями, построение в шеренгу, выход из зала под музыку)