

## Конспект физкультурного занятия в средней группе

### «Озорные обезьянки в Африке»

**Реализация содержания образовательной программы в образовательных областях:** «Физическое развитие»

**Виды детской деятельности:** игровая, двигательная, музыкальная, коммуникативная.

**Задачи:**

1. продолжать учить детей двигаться ритмично под музыку в соответствии с ее характером, выполняя упражнения; закреплять умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног;
2. закреплять технику выполнения прыжка в длину с места, технику метания в горизонтальную цель; развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей: бегать с перепрыгиванием через предметы, сохранять равновесие на ограниченной площади опоры, ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони;
3. развивать физические качества: выносливость, быстроту, глазомер, меткость, координацию движений;
4. воспитывать дисциплинированность, дружеские качества, чувство сострадания и желание помочь, любовь и бережное отношение к природе.

**Планируемые результаты-целевые ориентиры:** владеет основными видами движений, проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач; выражает чуткое и доброжелательное отношение к персонажам, проявляет эмоциональную отзывчивость.

**Материал и оборудование:** косички, мячики желтого цвета «апельсинки» (по 1 на каждого), гимнастическая скамья, туннель, корзина, пальма с шариками - «кокосами»; слоненок. Аудиозаписи: «Красной Шапочки», «Чунга – Чанга», звуки природы «Тропический лес», «В каждом маленьком ребенке»

**Предварительная работа:** выполнение ОВД и ОРУ на физкультурных занятиях.

#### Ход занятия:

**1 часть - вводная** (Дети под музыку «В каждом маленьком ребенке» входят в оформленный зал. Построение в шеренгу. Равнение.)

**Инструктор:** Ребята сегодня к нам в д/с пришли гости. Давайте с ними поздороваемся. Дети: Здравствуйте!

**Инструктор:** - Ребята, сегодня утром я получила письмо, в котором мама слониха просит помочь найти её маленького слоненка. Но он живет далеко-далеко в Африке на острове Чунга-чанга, там непроходимые джунгли. Как же нам ему помочь??? *Ответы детей...*

Я вам предлагаю отправиться в путешествие в Африку. А кто живет в Африке??? Правильно там много разных животных. А чтобы нас с вами не испугались другие дикие звери, мы превратимся в веселых озорных обезьянок. Давайте ребята скажем такие слова: **раз, два, три обезьянкой станешь ты!** *(все вместе повторяем)*

**Инструктор:** Вы готовы помочь маме слонёнка??? А вы сильные, справитесь? Но прежде мы сейчас проверим мышцы наших ног и рук, какие они? (ответы детей). Правильно они мягкие, слабые.

Ну что ж мы с вами отправляемся в Африку. А карточки, которые нам прислала мама слоненка покажут нам дорогу. **Посмотрим 1 карточку.** Ребята, кто изображен на карточке? Правильно, обезьянка! А что она делает? Правильно шагает. Ребята, это карточка-разминка.

**Инструктор:** Тогда в путь!

-Равняйся, смирно. Направо! Раз, два.

-За направляющим в обход налево шагом марш!

(Дети поворачиваются друг за другом и следом за инструктором идут по залу под музыку «В каждом маленьком ребенке»)

1. ходьба по кругу, обезьянки все за мной повторяют –ноги, руки укрепляют
2. ходьба на носках (руки вверх) – пытаемся достать до бананов, которые висят высоко-высоко на пальмах.
3. ходьба на пятках (руки в замок за голову), ой как светит солнышко, мы позагораем, покажем наши локоточки солнышку и поднимем повыше подбородок.
4. ходьба с высоким подниманием колена, руки в стороны. Идем по высокой траве, чтобы не поцарапать ножки.
5. спортивная ходьба, не придаем внимание другим диким зверям и пытаемся потихонечку, но при этом быстро от них уйти.
6. бег, ребята кажется нас заметили дикие животные, теперь нужно от них убежать, бегом марш.
7. обычный шаг восстанавливаем дыхание (Вдох, выдох.)

**Инструктор:** Ребята, проверьте ваши мышцы ног, они напряжены, они получили нагрузку, но и не только они, работает весь наш организм, наше тело разогрелось, предлагаем продолжить наше путешествие

## **2часть-Основная.**

**Инструктор: 2 карточка.** Ребята, мы, добрались до африканского острова Чунга – Чанга! Посмотрите ребята на этой карточке обезьянка танцует. Давайте тоже станцуем? Но мы станцуем не просто так а с мячиками. За направляющим в обход на лево, шагом марш. Проходя мимо корзинки, берем мячик и держим в правой руке. (Идут по кругу) на месте стой раз, два.

*(Под песню “Чунга – Чанга” выполняют ОРУ с мячиками)- музыкально-ритмический комплекс. 5-6 повторений*

- 1) В ритм музыке поочередно поднимают правое и левое плечо, наклоняя к нему голову.
- 2) и. п. руки в стороны в правой руке мяч, ноги на ширине плеч. - Наклоны вправо, сделав правой рукой дугу над головой и передать мяч другой руке, - и. п., - то же в другую сторону.
- 3) и. п. – ноги на ширине плеч, руки у груди с мячом. - Поворот вправо, вытянув руки, правая нога на пяточку. - и. п., - то же в левую сторону.
- 4) и. п. – ноги широко, руки вверх, немного в стороны - наклон вниз, коснутся мячом пола между ног, - и. п. руки вверх.

Руки вверх вдыхая носом, и опускают вниз, выдыхая воздух. Направо раз два. По кругу шагом марш. (Дети кладут мячики в корзинку)

**Инструктор:** - Как здорово у нас получилось! Какие же вы озорные обезьянки. А теперь смотрим следующую подсказку **3 карточку.**

**Инструктор:** Смотрите, ребята. Нам надо: 1) аккуратно проползти по лиане; 2) преодолеть пещеру; 3) перепрыгнуть через змею. 4) перелезть через поваленные деревья; 5) достать с пальмы кокос и б)бросить его в корзину.

(Под композицию «*Тропический лес*» поточно выполняется ОВД)

- 1) ползание на животе с подтягиванием на руках на гимн. скамье
- 2) ползание на четвереньках с опорой на ладони через тоннель
- 3) прыжки боком, влево, вправо через косички
- 4) ползание по скамейке с опорой на колени и ладони
- 5) сорвать кокос с «пальмы» (прыжок вверх)
- 6) метание в корзину. (пл. 2.5 м.) (2-3 раза)

**Инструктор:** Ребята, какие вы молодцы, успешно прошли полосу испытаний. Ой, ребята, вот мы и нашли с вами слоненка. Ребята, слоненок хочет с вами поиграть в игру, которая называется озорные обезьянки ловишки. А что нам не хватает, чтобы стать полноценной обезьянкой? Правильно хвостиков, ребята возьмите косички, заправьте их в шортики, чтобы ваши хвостики торчали. Ребята, напомню вам правила игры.

*Под музыку «Красная шапочка» слоненок бежит за детьми и хватается за «хвостики – косички» и выдёргивает их из – за пояса. Оставшиеся без хвостиков дети садятся на скамью. Игра повторяется 1 раз.*

Восстанавливаем дыхание, делаем вдох носиком, руки через стороны, выдох ртом руки опускаем вниз.

**Инструктор:** Весело мы провели время, помогли маме слоненка. А ты слоненок не теряйся за мамин хвостик цепляйся. До свидания слоненок. А теперь ребята мы с вами отправимся домой в наш любимый детский сад.

*(Ходьба на носочках, с высоким подниманием колена.)*

А теперь ребята нам надо превратиться из обезьянок обратно в девчонок и мальчишек.

### **3 часть. Заключение.**

**Инструктор:** (Проводится пальчиковая игра «Покажи руками»).

Длинный хобот у слона – вытягивают вперёд руки

Есть иголки у ежа – переплетают пальцы

Хвост пушистый у лисы – плавно машут рукой

Жжется жало у осы – тычут указательным пальцем в ладошку

Ушки длинные у зайки – руки вверх

Крылья сильные у чайки – переплетают ладони и машут

У верблюда два горба – соединяют согнутые пальцы

Гребешок у петуха – «замок»

Пятачок у поросёнка – соединяют пальцы у лица

Ручки – ножки у ребёнка – похлопать и потопать

**Инструктор:** Ну что ж ребята наше путешествие закончилось.

Кому мы сегодня помогли? Где мы были? Что мы делали?

Молодцы. Понравилось вам наше путешествие?