**Конспект занятия по физкультуре в средней группе «Отважные индейцы»**

Екатерина Викторовна Рымденок ИФК

Актуальность: данное занятие актуально, т. к имеет игровую форму и в нем используется нестандартное оборудование.

Программные задачи:• Совершенствовать у детей ходьбу и бег в колонне по одному.

• Закрепить умение подлезать под дугу.

• Развивать у детей ловкость, внимание, быстроту реакции.

• Продолжать развивать у детей функции и системы организма, координацию движений, ориентировку в пространстве.

• Активизировать у детей внимание, мышление, воображение, речь.

• Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в занятии.

• Воспитывать доброту, отзывчивость, желание помогать другим.

• Пополнить словарь детей за счет слов: вигвам, мокасины, томагавк.

Оборудование: дуга- 2шт, грибочки из пластиковых бутылок, гимнастическая скамейка,

«мокасины» - ходуны из пластинок – 4 шт., конусы -2шт. повязки на голову с перьями.

Ход занятия

Инструктор: Ребята, хотите сегодня побывать нестоящими индейцами и отправиться в поход?

Ответы детей

Покружись, покружись

И в индейцев превратись

Надеваем детям повязки с перьями

Мы отважные индейцы

Мы идем в поход опять.

Так и тянет нас на волю

Приключения искать.

Только слабеньким, друзья,

В наш поход идти нельзя.

Вы сначала тренируйтесь,

Бегайте и соревнуйтесь.

Посмотрите все на нас,

Мы спортсмены – высший класс!

Вводная часть (различные виды ходьбы и бега)

Мы - отважные индейцы

Топ-топ (топают ногами)

Шлеп – шлеп (бьют ладонями по коленкам)

Мы имеем точный компас

И в придачу зоркий глаз

Ой, что это там? (прикладывают ладонь ко лбу)

Это полянка!

А ее не обойдешь,

А над ней не пролетишь!

Дорога напрямик

Мы по травке пойдем.

(движения ладошками, приговаривая «шик-шик-шик»)

Мы - отважные индейцы

Топ-топ (топают ногами)

Шлеп – шлеп (бьют ладонями по коленкам)

Мы имеем точный компас

И в придачу зоркий глаз

Ой, что это там? (прикладывают ладонь ко лбу)

Это озеро!

А его не обойдешь,

А над ним не пролетишь!

Дорога напрямик

По озеру поплывем.

(выполняют движения пловца со словами «Буль-Буль-Буль»)

Мы - отважные индейцы

Топ-топ (топают ногами)

Шлеп – шлеп (бьют ладонями по коленкам)

Мы имеем точный компас

И в придачу зоркий глаз

Ой, что это там? (прикладывают ладонь ко лбу)

Это болото!

А его не обойдешь,

А над ним не пролетишь!

Дорога напрямик

По долоту пойдем.

(Движения ногами, приговаривая «плюх-плюх-плюх»)

Мы - отважные индейцы

Топ-топ (топают ногами)

Шлеп – шлеп (бьют ладонями по коленкам)

Мы имеем точный компас

И в придачу зоркий глаз

Ой, что это там? (прикладывают ладонь ко лбу)

Это волк!

Побежали назад!

По болоту плюх-плюх-плюх!

По озеру буль-буль-буль!

По травке шик-шик-шик!

Убежали!

Инструктор: вот и первый привал. Мы выполним несколько упражнений, чтобы проверить вашу силу и выносливость.

О. Р. У.

Солнышко

На носочки встанем,

Солнышко достанем.

До пяти считаем,

Руки поднимаем.

Радуга

В небе радуга висит

(В воздухе "нарисовать" радугу.)

Детвору веселит.

(Потянуться вверх и помахать кистями рук.)

Самолет

Руки подняли в разлет

Появился самолет

Мах крылом туда-сюда

Делай раз и делай два

Флюгер

Флюгер есть теперь у нас

Завращается сейчас

Ветер справа, ветер слева

Флюгер вертится умело.

Упражненье впереди

«Сделай и не упади»

Подними повыше ножки

Под коленкой бей в ладошки.

Цапля

Очень трудно так стоять,

Ножку на пол не спускать

И не падать, не качаться,

За соседа не держаться.

Прыжки

Левой ножкой - прыг, прыг.

Правой ножкой – прыг, прыг.

Мы попрыгаем на двух:

Ух, ух, ух, ух!

Влево мы попрыгаем,

Вправо мы попрыгаем.

Мы вперед пойдем

И назад отойдем.

Топор

Мы в лес пошли, топор нашли.

Дрова рубили:

- Ах! Ух! Ох! Их!

Руки - в замок, энергичные наклоны вперед.

Инструктор: Теперь вы готовы к трудному походу.

О. В. Д. :

1. Ходьба змейкой между грибками

Вот стоят грибочки в ряд

Обойдем их все подряд

Пусть один другого сменит

И грибочки не заденет

2. Подлезание под дугу (пролезть под упавшим деревом)

Вот упавшее бревно,

Вы пролезьте под него.

Пусть один другого сменит

И бревно он не заденет.

3. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием (опустить ноги с вытянутым носком за скамейку, другая нога при этом сгибается)

Пойдем по мостику гуськом

Ногу в речку окунем

Инструктор: Молодцы, все препятствия вы преодолели, и мы с вами вышли на поляну. Давайте посмотрим по сторонам. Посмотрите, какой тут красивый вигвам стоит, но перед ним болото, которое так просто не перейти, тут нужна специальная обувь.

Посмотрите, какие у меня есть мокасины, с помощью их мы и перейдем болото. А чтобы было веселее - давайте разделимся на два племени – Племя Огня и Племя воды.

Дети делятся на две команды по цвету футболок.

Эстафета «Волшебные мокасины»

Дети бегут на ходунах – пластинках до конуса, расположенного рядом с вигвамом, оббегают их и возвращаются назад. Передают эстафету следующему участнику команды.

Эстафета проводится 2 раза.

Дыхательная гимнастика.

Инструктор: Молодцы, ребята, вы ловко справились с этим заданием, никто в болоте не утонул. У индейцев есть особые топоры, которые называются томагавки. Вот давайте представим, что в руках у нас томагавки, и мы рубим ими дрова.

Томагавк

Мы в лес пошли, томагавк нашли.

Дрова рубили:

- Ах! Ух! Ох! Их!

(Руки - в замок, энергичные наклоны вперед)

Массаж биологически активных точек.

«Солнышко»

Солнце утром рано встало, Поднять руки вверх, потянуться.

Всех детишек приласкало. Делают руками фонарики.

Гладит грудку, Массируют «дорожку» на груди снизу вверх.

Гладит шейку, Поглаживают шею большими пальцами сверху вниз.

Гладит носик, Кулачками растирают крылья носа.

Гладит лоб, Проводить пальцами от середины к вискам.

Гладит ушки, Растирают ладонями уши.

Гладит ручки, Растирают ладони.

Загорают дети – вот! Поднимают руки вверх.

Инструктор: А сейчас нам пора домой. Давайте скажем волшебные слова.

Дети закрывают глаза, кружатся вокруг себя и говорят: «Раз, два, повернись, снова дома очутись»

Подведение итогов занятия