Конспект НОД по физической культуре «В весеннем лесу».

Задачи:

Образовательные: учить детей спрыгивать с невысоких предметов, мягко приземляясь на полусогнутые ноги; продолжать учить ходить по кругу, сохраняя ровное построение; упражнять в беге в рассыпную; упражнять в выполнении задания по профилактике сколеоза; укреплять мышцы ног и туловища.

Развивающие: развивать координацию движения; развивать двигательную активность, гибкость;

Воспитательные: Воспитывать интерес к занятиям по физической культуре; воспитывать дисциплинированнось, умение выполнять команды; создавать радостное настроение у детей.

Познавательное развитие: закрепить умение выполнять движения согласно счёту.

Речевое развитие: закреплять слова в подвижной игре «Птицы водят хоровод».

Социально коммуникативное развитие: способствовать накоплению опыта доброжелательных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Художественно эстетическое развитие: учить выполнять упражнения в соответствии с музыкой.

Здоровьесберегающие технологии: дыхательная гимнастика; релаксационные упражнения.

Предварительная работа: рассматривание альбомов «Птицы»; подвижная игра «Птицы водят хоровод».

Оборудование: мягкая дорожка, сигналы, шапочка кота, гимнастическая доска, валик для перешагивания.

ХОД занятия.

1 часть.

Ребята, сегодня мы поиграем так. Вы сегодня будите маленькими воробышками, но чтобы вы ими стали, нужно сказать волшебные слова (1 2 3). Ну вот теперь вы стали моими маленькими воробушками, а я буду вашей мамой воробьихой. Мама воробьиха зовёт своих детей.

За мной мои воробушки,

Летите поскорей.

Сегодня начинаем учиться мы летать. Скорее в круг вставайте и будем начинать.

Построение в круг. Ходьба по кругу с характерными движениями рук «помахивание крыльями». Мама воробьиха показывает движения, а затем отходит в сторону, «присматривает за детьми». Пока «воробьиха» смотрит, дети выполняют ходьбу по кругу.

Уснула воробьиха, а воробышкам только того и надо. Расправили они крылышки и разлетелись кто куда. Летают воробушки по всему залу (бег в рассыпную).

Воробьихи просыпается:

«Чик-чирик, чик-чирик,

Что за шум, что за крик?

В круг скорее становитесь.

Задремала всего я на минутку

Воробьишки расшалились не на шутку.

Буду строго я теперь следить за вами

Чтоб послушным росли вы воробьями».

2 часть.

А сейчас воробьиная зарядка.

1. Чистим пёрышки: и.п. – о.с.

Сделать пружинку, наклонить голову вправо, и.п. , то же влево. 4 раза

1. Расправим крылышки: и.п. – ноги на ширине стопы, руки внизу.

Поднять правую руку вверх, посмотреть, и.п. то же с левой рукой. 4 раза

1. Умываемся: и.п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Наклон вперёд – характерные движения умывание, и.п. 5 раз

1. Найдём зёрнышко: и.п. – о.с.

Присесть , постучать пальцами по полу, и.п. 4 раза

1. Учимся летать: и.п. – то же.

Прыжки на месте, взмахи рук.

1. Подуем на свои пёрышки: и.п. – ноги вместе, руки перед собой.

Вдох –выдох. Подуть на кисти рук.

Основные движения:

Полетим мы стайкой дружной,

Друг за другом встанем дружно.

За мной в колонну по одному

На дальнюю полянку

Отправимся сейчас.

Ходьба змейкой между сигналами.

Впереди поваленное дерево, давайте перепрыгнем его (прыжки через валик). Пройдём по узкому мостику через речку (ходьба по гимнастической доске). Пройдём по узкой дорожке и спрыгнем с неё (спрыгивать с дорожки мягко, приземляясь на полусогнутые ноги).

«Вот мы с вами и пришли на чудесную полянку здесь и будет наш дом».

3 часть.

Подвижная игра «Воробушки и кот».

Релаксация под фонограмму «звуки природы».

Набегались воробушки за день, наигрались, спать захотели. Сели они и закрыли глазки. Стали воробушки засыпать. И приснилась им чудесная полянка, зелёная трава, красивые цветы. Стало воробушкам тепло и уютно. Пора превращаться обратно в детей. 12345 воробьишки превращаются в ребят (встают спокойно, проходят на построение).

Ну вот мы и вернулись в детский сад, обратно превратились в ребят. Вам понравилось? Мне тоже с вами очень понравилось!