**Конспект физкультурного занятия сюжетного типа для детей средней группы**

**Тема:** «В гости к колобку».

**Актуальная цель:** Создание условий для развития двигательной активности детей и формирование положительных эмоций**.**

**Задачи:**

1.Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя.

2.Повторить игровые упражнения с бегом.

3.Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке.

4.Развивать гибкость детей; силу мышц; быстроту реакции и ловкость движений.

5.Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни.

**Оборудование:** мяч-колобок, маска лисы, кубики, бруски, скамейка.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Структура и содержание занятия | Дозировка | Методические указания |
| **1.Вводная часть**Построение в шеренгу.-Обычная ходьба.-Прыжки на двух ногах.Обычная ходьба.-Ходьба на пятках, руки на поясе, спина прямая.-Обычная ходьба-Ходьба с высоким подниманием колен, руки вперед, носочки тянем вниз.-Обычная ходьба.-Ходьба на носочках, руки вверх, спина прямая, под ноги не смотрим.-Обычная ходьба. | 10сек15сек10сек15сек10сек15сек10сек15сек10сек | Дети входят в физкультурный зал , под музыку, колонной по одному и строятся в шеренгу.Воспитатель приветствует детей, в руках у него мяч, который оформлен как «колобок» . Воспитатель показывает детям мяч и говорит: «Здравствуйте, дети, вы знаете, кто это? (Дети отвечают)-А из какой сказки этот герой ? (Ответы детей)-А кто его испёк? (Дети отвечают: «Бабушка».) -А как бабушка пекла колобок? (Дети показывают, как пекли колобка.) -Скажите пожалуйста , ребята, а что дальше произошло с колобком?(Дети отвечают).-Правильно, ребята, колобок взял и укатился от бабушки с дедушкой. -Сегодня колобок и от вас решил укатиться!-Ребята, давайте вместе с вами пойдем его искать?».(Дети соглашаются пойти искать колобка).Под весёлую, ритмичную музыку дети выполняют команды воспитателя.Идут друг за другом обычной ходьбой вокруг зала.«Катится колобок дальше, а навстречу ему заяц», прыгаем как зайчики, руки на поясе, ноги вместе. (Дети прыгают на двух ногах с продвижением вперёд.) Затем переходят на обычную ходьбу.«Катится колобок дальше, а навстречу ему серый волк»(Ходьба на пятках, руки на поясе).«Катится колобок дальше, а навстречу ему медведь, принимаем правильное исходное положение, как я. И начинаем двигаться!»«Катится, колобок, катится, а навстречу ему лиса. Встали на носки и пошли, друг за другом, как лиса. А лиса хитрая, кокетливая! (Дети идут на носочках, ставят ноги крест-накрест, водят перед собой руками, как бы кокетничая) .Затем переходят на обычную ходьбу.«Молодцы ,ребята !Справились с заданиями .» |
| **2.Основная часть: Комплекс ОРУ:**Колобок и ребята делают зарядку с кубиком.**1 упражнение:** И. п –ноги на ширине плеч, кубик в обеих руках внизу! 1 – кубик вперед. 2 – кубик вверх. 3 – кубик вперед. 4 – исходное положение. **2 упражнение** И. п – ноги на ширине плеч, кубик в обеих руках, руки вперед. 1 – поворот вправо. 2 – кубик вперед. 3- поворот влево. 4 – вернуться в исходное положение.**3 упражнение**. И. п - ноги на ширине плеч, кубик у груди. 1 - Присесть, кубик вынести вперёд. 2 – подняться. 3-вернуться в исходное положение. **4 упражнение** И. п - ноги вместе, руки на поясе, кубик на полу. 1-Прыжки на двух ногах вокруг кубика. 2- шагом около кубика– 3-снова прыжки вокруг кубика4 – шагом вокруг кубика.5- исходное положение. **Основные движения:**1. Прыжки через бруски. (ноги вместе, руки на поясе).Выполняется поточным способом, друг за другом .2.Упражнение в равновесии (ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе)Подгрупповой ,поточный способ выполнения.**Подвижная игра «Хитрая лиса».**   | 4-5 раз4-5 раз5-6 раз15 секунд прыжки 15 секунд шагом2 раза 2 раза 3-4 раза  | «Колобок , колобок мы тебя поймали!» (Воспитатель берет « колобка» в руки.) «А сейчас мы тебе покажем, какие мы с ребятами смелые, сильные, ловкие и умелые!» Поставить колобка на стул) Воспитатель , распределяет детей на две команды и строит их в центре зала. «Я буду вам показывать упражнение ребята, а вы смотрите и никто за мной не повторяет! Потом я командую, и вы выполняете движения. Сначала мы с вами держим кубик обеими руками внизу. 1 -поднимаем перед собой, 2- поднимаем вверх ,3- возвращаем кубик перед собой ,4- опускаем руки вниз.-Исходное положение принять! Упражнение начинай!Молодцы !Все справились»Дети держат в руках кубик и выполняют повороты на право и на лево. «Следующее упражнение, ноги на ширине плеч, кубик держим в руках. Будем делать повороты вправо , а затем влево. Слушайте внимательно. 1-поворот вправо.2- возвращаемся вперед.3- поворот влево.4-исходное положение«Исходное положение принять! Вправо! Влево! Вернулись в положение прямо! Замечательно ребята.»«Следующее упражнение мы будем выполнять так, ребята: «Присели, кубик в руках ,вытянули руки вперед. Поднялись , кубик вернули в исходное положение. Молодцы ребята».«Давайте покажем колобку какие мы умелые ребята! Исходное положение принять! Упражнение начинай!»«Сейчас мы с вами будем прыгать и шагать, вокруг кубика, по переменно. Ноги должны быть вместе. Стопы прижаты к друг другу. Сначала , мы прыгаем вокруг кубика ,потом шагаем.Приготовились! Упражнение начинай!1- прыгаем вокруг кубика,2-шагаем вокруг кубика.3- прыгаем вокруг кубика. 4 шагаем вокруг кубика.5-встали возле кубика , руки на поясе. Молодцы ребята, замечательную зарядку мы свами показали «колобку»!А сейчас возьмите свои кубики и давайте соберем их в их корзину». Дети складывают кубики в заранее подготовленную корзину. После того как кубики собраны в корзину, дети строятся в одну шеренгу. «Вспомните ребята , кого мы сначала встретили когда бежали за колобком?» (Дети отвечают: «Зайчика!»)-Правильно ! -Сегодня мы будем перепрыгивать через препятствия , как зайчики. -Прыгать мы будем через бруски. Я расставлю их сейчас на полу . а вы будете через них прыгать.» (Педагог расставляет бруски в одну линию на полу) «Нужно подойти к первому бруску, ноги вместе, присесть, оттолкнуться двумя ногами , руки на поясе ,нам помогают, перепрыгнуть через брусок ,приземляемся мягко, на носки ,вот так.Затем ,через следующий брусок и так далее до конца линии. «А сейчас ребята мы с вами будем ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие, голову и спину держим прямо, спрыгиваем со скамейки ,приземляемся мягко и тихо ,как лисичка на лапки. Как только вы закачиваете упражнение и возвращаетесь в шеренгу.» Воспитатель , внимательно следит за выполнением упражнения и осуществляет страховку детей. «Молодцы! Вы все хорошо справились и выполнили упражнение . Все сохранили равновесие не упали со скамейки».Воспитатель убирает скамейку и бруски.Мотивация :«Ребята, колобок, предлагает нам сыграть в игру «Хитрая лиса».  « Давайте дети выберем лису!» Воспитатель , с помощью считалочки ,выбирает лису. «Лисой сегодня будет…( имя ребенка)» Надевает на него маску лисы. Дети встают вокруг водящего «лисы», а «ребенок-лиса» в центре круга .Правила игры: «Вы дети ,все будете «колобками»! Пока лиса у нас спит , все колобки катаются. Как только лиса просыпается , она начинает ловить «колобков» , они от нее убегают! Итак, начинаем!»Все «колобки» разбегаются по площадке, а «лиса» старается поймать их. Тот кого лиса поймала , садиться на стульчик. Дети играют соблюдая правила игры. |
| **3.Заключительная часть :**Спокойная ходьба.**Подведение итогов**. |  | «Пока мы с вами играли ребята, наш колобок куда-то спрятался . Давайте, дети , мы с вами поищем колобка. Ходите спокойно по залу ,ищите .Кто первым найдет подойдет и скажет мне, где он спрятался ?»(Дети ходят по залу и ищут колобка.) После того как колобок найден , воспитатель спрашивает :«Давайте ребята вспомним, какие упражнения мы сегодня выполняли?- А какие упражнения были для вас трудными? -А как правильно надо ходить по скамейке? -В какую игру мы с вами играли? А как вы думаете колобку понравилось с нами играть? Дети отвечают на вопросы. «Давайте ,дети , скажем колобку до свидание и отпустим к бабушке с дедушкой».(Прощаются с колобком) |

**Психолого-педагогический самоанализ физкультурного занятия:**

1.Образование общее, стаж работы- 2 года, физическая подготовка хорошая.

2.Занятие проводилось в средней группе , количество присутствующих детей -12 человек ,возраст 4-5 лет, состояние здоровья хорошее, уровень физического здоровья и подготовленности хороший.

3.Занятие проводилось в физкультурном зале , перед занятием помещение было обработано и проветрено.

4.Конспект занятия был подготовлен , необходимый инвентарь был подготовлен : мяч-колобок ,маска лисы, бруски и гимнастическая скамейка кубики по количеству детей ,заранее сложены в стоящую отдельно корзину.

 5. Воспитатель был одет в спортивный костюм и кроссовки. Дети средней группы были в физкультурной форме , однако форма была не одинаковая, на ногах у детей обуты кроссовки и кеды.

6.Занятие началось во время, однако, в отведенное для занятия время воспитатель не уложилась ,занятие было разделено на отдельные части -вводная, основная:, ОРУ,ОВД, подвижная игра, подведение итогов. В процессе занятия педагогом иcпользовалось все помещение физкультурного зала .

Игровая форма проведения занятия обусловлена возрастом детей, необходимостью закрепления и совершенствования ранее изученных игр и физических упражнений. Сбор и раздача инвентаря осуществлялся под музыкальные паузы, заранее подготовленные педагогом.

7.Анализ эффективности решения задач физического воспитания:

В процессе занятия решались- оздоровительные , образовательные и воспитательные задачи:

а) оздоровительная задача: Средства физического воспитания, используемые на занятии, создавали благоприятные условия для повышения активности и согласованной работы таких сенсорных систем как:

-зрительная- яркое спортивное оборудование (кубики , бруски , атрибуты сказочных героев) ,подвижная игра и игровые упражнения направлены на улучшение зрительной ориентации ,воспитания сноровки и ловкости ;

-слуховая –четкие команды, звуковые сигналы (бубен, музыка), проговаривание двигательных действий;

-вестибулярный-изменение скорости и направления движений (в разминке, в комплексе ОРУ, подвижной игре «Хитрая лиса»)

-тактильный-непосредственный контакт с физкультурным оборудованием (кубики, гимнастическая скамья), который формирует представление о свойствах и форме предметов.

Повышение активности всех этих систем способствовало улучшению всех физиологических процессов, а значит оказывало оздоровительное воздействие на организм ребенка.

б) Образовательные задачи –формировать точность исполнения физических упражнений. На занятии детям были предложены специальные игровые упражнения точность движений в пространстве, ориентировке по сторонам. равновесию. Упражнения ,были направлены на решение образовательной задачи ,а также формированию сдержанности ,внимательности и самоконтроля.

в) Воспитательная задача –воспитание интереса к двигательной активности. Интерес к содержанию игровых упражнений и подвижной игры вызывал у детей эмоциональный подъем, пробуждал их активность в стремлении выполнить задание(перепрыгнуть через бруски, пройти по скамейке, убежать от водящего) и добиться желаемого результата. Решение воспитательной задачи обеспечили также посильные физические нагрузки , которые соответствовали возрасту детей и их физической подготовке, этапам обучения, характеру упражнений.

Сочетание словесного и наглядного методов обучения-выразительный показ , объяснение педагогом игровых и общеразвивающий упражнений обеспечили повышение эффективности занятия и быстрое понимание двигательной задачи детьми и последующего их выполнения ими.

Игровой метод дал возможность закрепить хорошо знакомые упражнения , вспомнить героев, известной сказки ,проявить подражание и изобразительную фантазию.

Фронтальный способ выполнения позволил наблюдать за всей группой сразу и за каждым ребенком отдельно. Регулировать нагрузку и управлять поведением дошкольников при выполнении упражнений и подвижной игры. Педагог в течении всего предупреждал об опасности и травме, видел ошибки детей , спокойно исправлял их.

8. На протяжении всего занятия, дети были заинтересованы, внимательны , активны и организованы. Признаки утомления не замечались, самочувствие хорошее , настроение бодрое.

10. Оценка :4

11.Итог: Таким образом, можно сказать что комплекс поставленных задач был реализован. Вместе с тем дальнейшего продолжения требует работа по отработке техники показа и объяснения , не все дети сразу понимали ,что от них требуют. некоторым нужно больше времени. При проведении подвижной игры , во время не использовала атрибут для водящего в подвижной игре, по первой попытке не надела шапочку лисы на голову водящего. Следует также закрепить материал физкультурного занятия на прогулке, в процессе утренней гимнастики.