

## Конспект сюжетного физкультурного занятия в средней группе «В осеннем лесу»

### Задачи:

1. Учить выполнять движения согласованно: О.В.Д. – подлезание под верёвку правым и левым боком, не касаясь руками пола; в прыжках – закреплять мягкое приземление на носки; ходьба по «мостику» - сохранять равновесие;
2. Продолжать учить детей ходить и бегать, не шаркая ногами, не опуская головы;
3. Закреплять умение бегать врассыпную;
4. Воспитывать смелость, ловкость, находчивость;
5. Обогащать словарь детей: ручейки говорящие, быстрые; речка лесная, бурливая; зайцы длинноухие; болото вязкое.

Оборудование: лесная полянка; дом, где живёт волк; картины диких лесных животных – волк, лиса, заяц, белка; гимнастическая скамейка; стойки и шнур; обручи по числу детей; листья на каждого ребёнка; шапочки зайцев, волка.

Место проведения: физкультурный зал, оформленный под лесную полянку;

Способ организации: фронтальный, поточный.

### Ход:

Содержание занятия	Дозировка, темп	Организационно – методические указания	Примечания
Вводная часть – 3 минуты			
Дети заходят в зал и строятся в шеренгу.	20 сек.	Физ.инструктор, переодетый в Петрушку встречает детей: «Здравствуйте, ребята! Мы пойдём с вами сегодня в волшебный лес!»	Звучит задорная музыка.
Перестроение в колонну.	10 сек.	По команде физ.инструктора дети выполняют перестроение из шеренги в колонну переступанием.	
Ходьба в колонне с заданиями	40 сек.	Отправляемся в поход, Много нас открытий ждёт! Мы шагаем друг за другом Лесом и осенним лугом! (во время ходьбы дети выполняют движения для рук – руки вверх, потянулись на носках к солнышку; руки в стороны, ножку поднимаем, сгибая в колене – журавлики) Мы идём на пятках вот проверили осанку И свели лопатки. (ходьба на пятках, руки за спиной)	
Бег: - обычный - на носках, врассыпную	1 мин. 30 сек. 30 сек.	Физ.инструктор даёт команду к бегу.  Бабочки кругом летают, Крылья пёстрые мелькают, В поле бабочки летают, 1, 2, 3, 4 – полетели, закружились!	Дети бегают по залу с кружением.
Ходьба в колонне.	15 сек.	«Тишина стоит вокруг, Вышли с вами мы луг»	
Основная часть – 16 минут			
Перестроение врассыпную	15 сек	Посмотрите сколько здесь красивых листьев. Осторожно возьмите по два	Листья разбрасывает воспитатель.

О.Р.У. с листочками:		листика в руки и встанем по всей полянке, чтобы не мешать друг другу.	
1. «Листочки вверх» и.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища; 1-4 – руки медленно вверх, потянуться, встать на носки - вдох; 4-8 – и.п. – выдох.	4-5 раз, медленный	Мы растём, растём. Мы цветём, цветём.	
2. «Наклоны» и.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища; 1-3– руки вверх, наклоны в стороны; 4 – и.п.;	4-5 раз, средний	Взмах листком туда – сюда, Делай раз, делай два. Зашумела вдруг листва. (движения рук плавные размеренные)	
3. «Умоюсь» и.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища;	3 раза, средний	К речке быстрой мы спустились, Наклонились и умылись. (бег на месте, наклоны и повороты головы)	Движения выполняются согласно тексту.
4. «Приседания» и.п. – о.с., руки вдоль туловища; 1-2 – сесть, руки вперёд, развести колени; 3-4 – и.п.	5 раз, средний	Аккуратно нужно сесть, Чтобы травку не задеть.	
5. «Велосипед» и.п. – лёжа на спине, руки за головой; 1-4 – движения ног, имитирующие «езду» на велосипеде;	6 раз, средний	А теперь легли все дружно, Делать так ногами нужно.	
6. «Попрыгунчики» и.п. – стоя, руки на поясе; Прыжки на 2-х ногах на месте в чередовании с ходьбой	3 раза быстрый	Видим скачут по опушке Две весёлые лягушки. Прыг-скок, прыг-скок, Прыгать нужно на носок! Мы шагаем ряд за рядом Левой раз, левой раз, Посмотрите все на нас.	Движения выполняются согласно тексту.
Перестроение в круг	10 сек.	Подул лёгкий ветерок И все листья закружились, Полетели и в корзину опустились.	Дети складывают листья в корзину, стоящей посередине.
О.В.Д.:			
1. Подлезание правым и левым боком;	4 раза	«Ну вот, ребята, теперь дружно пойдём в лес и посмотрим кто там живёт. Дорога нелёгкая: тропинка узкая,	Расстанавливается оборудование для выполнения О.В.Д..
2. Прыжки из обруча в обруч;	4 раза	быстрый журчащий ручеёк, который	Петрушка показывает, и все дети делают
3. Ходьба в равновесии	4 раза	нужно перепрыгнуть, и речка глубокая, бурливая. Идти надо осторожно, чтобы	упражнения за ним следом.

по гим. скамейке; 4. Перепрыгивание на двух ногах через два шнура, положенных на расстоянии 40 см.;	4 раза	в воду не упасть. А это что? Дерево упало. Подлезать под него надо осторожно, чтобы не наколоться на ветки. А вот и болото, пройти его надо, перепрыгнув с кочки на кочку.	
Имитационные движения	1 мин.	«Зашли мы с вами, ребята, в чащу. В густом лесу живут разные звери. Да вот они нас уже встречают» (взрослый подводит детей к стенду с картинками животных, загадывает загадки или читает четверостишия; дети могут показать движения волка, лисы, зайчика)	Взрослый отмечает лучшие имитационные движения детей.
Подвижная игра «Зайцы и волк»	3 раза	«А лес наш волшебный, мы все превращаемся в зайчиков (педагог раздаёт шапочки). А вот дом, где живёт волк! Он сейчас спит, зайки дружно и весело резвятся на полянке: Зайки скачут, скок, скок, скок, На зелёный на лужок. Травку щиплют, кушают, Осторожно слушают – Не идёт ли волк.	Зайцы выпрыгивают из домиков и разбегаются по залу, выполняя движения согласно тексту. При появлении волка музыка меняется, зайцы прячутся в свои домики - обручи.
Заключительная часть – 1,5 минуты			
Ходьба по залу	1 мин.	Физ.инструктор говорит детям о том, что прогулка их заканчивается и пора возвращаться домой. Педагог анализирует успехи всех детей.	Под музыку дети выходят из зала.

*Конспект составлен и проведен физ. инструктором Метлиной Л.А.*