

Конспект по физ. культуре «Ребята, давайте жить дружно» старшая группа

Интеграция образовательных областей:

«Физическая культура», «Познание», «Труд», «Музыка», «Чтение художественной литературы», «Социализация».

Программные задачи:

1. Формировать умение передавать в движениях сюжет сказки «Приключения кота Леопольда»
2. Закреплять технику основных движений посредством полосы препятствий.
3. Развивать координацию, гибкость, подвижность через упражнения гимнастики растягивания.
4. Совершенствовать умение выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, выражать чувства и эмоции через движения, мимику, жесты.
5. Формировать чувство ритма в движениях, двигательное воображение, самовыражение через двигательную деятельность.
6. Формировать умение самостоятельно выполнять поручения: раскладывать и убирать инвентарь, физкультурное оборудование.
7. Развивать способность действовать по команде, выполнять правила игры.
8. Воспитывать доброжелательность у детей, приобщать к общепринятым нормам взаимоотношений.

Планируемые результаты:

- сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности;
- выполняют правильно все виды основных движений;
- эмоционально реагируют на музыкальные и художественные произведения;
- планируют свои действия, направленные на достижение конкретной цели;
- применяют самостоятельно усвоенные знания и способы деятельности для решения задач, поставленных взрослым: выполняют разминку, упражнения с элементами ритмической гимнастики, на растягивание, способны предложить собственный замысел и воплотить его в упражнении (танцевальные движения);
- знают и соблюдают правила безопасности на занятии, выразительно и ритмично двигаются в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами.

Инвентарь и оборудование: кепки по количеству детей, гимнастическая скамейка, дуги для подлезания-2 штуки, музыкальная фонограмма к сказке «Приключения кота Леопольда», муз. Б. Савельева, сл. А. Хайта.

Место проведения: спортивный зал.

Содержание организованной деятельности:

Вводная часть:

Под спокойную музыку дети входят в зал и становятся по кругу каждый у своей кепки.

Воспитатель:

-Ребята, помните, мы с вами читали о приключениях кота Леопольда и мышей?

-Я предлагаю вам сегодня поиграть и побыть в роли мышек. Вы согласны?

-Но вы будите необычными мышками. Если вы наденете кепки козырьком вперед-вы добрые мыши, а если козырьком назад-злые.

-Давайте покажем добрых мышей (дети надевают кепки козырьком вперед, улыбаются, а теперь злых мышей (кепки козырьком назад) .

-Ребята, кот Леопольд прислал вам звуковое письмо, но когда он его записывал, то ещё не знал, что вы будите мышками.

(звучит звуковое письмо кота Леопольда)

Дети:

-Леопольд, выходи! Выходи, подлый трус!

Звучит фонограмма песни «В доме 8/16»

1 куплет.

Обычная ходьба. Ходьба на носках, руки в стороны. Ходьба на пятках, руки за спину. Ходьба правым, левым боком приставным шагом.

2 куплет.

Галоп правым, левым боком, руки на поясе. Подскоки, руки на поясе.

3 куплет.

Бег обычный. Бег по диагонали.

4 куплет.

Бег змейкой. Ходьба.

Звучит фонограмма песни «На крутом бережку»

Воспитатель:

-Ребята, а теперь давайте покажем добрых мышей (дети поворачивают кепки козырьком вперёд)

Строевые упражнения с одновременным исполнением песни детьми.

Ходьба в колонне по одному. Ходьба в колонне по одному через центр.

Ходьба один ребёнок налево, другой направо (перестроение в две колонны). Ходьба через центр парами.

Основная часть:

Выполнение упражнений с элементами ритмической гимнастики.

(Самая добрая мышка собирает кепки)

Звучит фонограмма песни «Хвост за хвост»

1. И. п. - пятки вместе, носки врозь, ладони на груди, локти в стороны; 1-4 наклон вперёд, руки в стороны» 1-4 и. п. (1 р.) .

2. Обычная ходьба на месте на 1-4 (2р.) .

3 .И. п. - пятки вместе, носки врозь, руки к плечам; 1 - «пружинка», руки прямые вверх, 2 – и. п. ; 3-4 то же.

4. И. п. - пятки вместе, носки врозь, руки на пояс; 1-4 «пружинка с поворотами влево, вправо (2 р.) .

5. И. п. – О. с., руки на поясе; 1-2 упор сидя, 3-4 упор лёжа, 5-6 упор сидя, 7-8 и. п. (2р.) .

6. И. п. – О. с. руки перед грудью, 1 – шаг правой ногой вперёд, 2 – приставить левую ногу, одновременно выполнять вращательные движения руками вперёд; 3 – шаг правой ногой назад, 4 – приставить левую ногу, одновременно выполнять вращательные движения руками назад (2 р.) .

7. И. п. О. с., руки на поясе, шаги влево – вправо на счёт 1 – 6.

Основные виды движений посредством полосы препятствий.

Звучит фонограмма песни «Кручу, кручу»

1. Равновесие – ходьба по скамье, руки в стороны, в середине скамьи - присесть.

4. Подлезание под дуги в группировке.

Стретчинг - гимнастика.

Звучит фонограмма песни «Снова небо стало голубым»

Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов.

1. И. п. - стоя, руки вперед. Одной рукой растягивать связки ладони другой руки, выставленной вперед. Локти не сгибать! Тоже другой рукой.

Длительность - 8 сек. Дозировка – 1 раз

2. И. п. - стоя, руки сцепленные «замком», наружу и вверх. Отведение прямых рук вверх-назад. Длительность – 8-10 сек. Дозировка – 1 раз

3. И. п. – стоя, руки вверх:

- расслабить кисти рук,

- расслабить предплечья,

- расслабить плечи,

- согнув колени, расслабить туловище.

Длительность – 8 сек.

Дозировка – 2 раза.

Заключительная часть:

Воспитатель:

- Ребята, давайте мы снова станем добрыми мышками и наденем кепки козырьками вперед.

Исполнение танца «Буги-вуги»

1 куплет.

Ручку правую вперед, а потом её назад, а потом её вперед и немного потрясём (и. п. – о. с., выполнять движения в соответствии с текстом)

Мы танцуем буги-вуги, поворачивая в круге и в ладоши хлопаем, вот так

(поворот на месте, пританцовывая, два хлопка в ладоши)

Припев:

Буги – вуги, о кей! (Зр., дети придумывают свои танцевальные движения.)

Мы танцуем, вместе весело поём (дети придумывают свои танцевальные движения)

2 куплет.

Ручку левую вперёд, а потом её назад, а потом её вперёд и немного потрясём (повторить движения 1 куплета)

Мы танцуем буги-вуги, поворачивая в круге и в ладоши хлопаем вот так

(поворот на месте, пританцовывая, два хлопка в ладоши)

Припев:

Буги – вуги, о кей! (Зр.) . Мы танцуем, вместе весело поём (дети придумывают свои танцевальные движения)

3 куплет.

Ножку правую вперёд, а потом её назад, а потом её вперёд и немного постучим (и. п. – о. с., выполнять движения в соответствии с текстом)

Мы танцуем буги-вуги, поворачивая в круге и в ладоши хлопаем вот так

(поворот на месте, пританцовывая, два хлопка в ладоши)

Припев:

Буги – вуги, о кей! (Зр.) . Мы танцуем, вместе весело поём (дети придумывают свои танцевальные движения)

4 куплет.

Ножку левую вперёд, а потом её назад, а потом её вперёд и немного постучим (и. п. – о. с., выполнять движения в соответствии с текстом)

Мы танцуем буги-вуги, поворачивая в круге и в ладоши хлопаем вот так

(поворот на месте, пританцовывая, два хлопка в ладоши)

Припев:

Буги – вуги, о кей! (Зр.) . Мы танцуем, вместе весело поём (дети придумывают свои танцевальные движения)

Рефлексия.

Воспитатель:

-Вот и закончились наши приключения. Давайте снимем кепки, положим их на свои места и превратимся в обычных ребят.

-Ребята, а кот был злой? А какие были мыши?

-Несмотря на то, что мыши иногда были злые, кот Леопольд простил их и прислал сладкие подарки, которые ожидают в групповой комнате.