

Сюжетно-ролевое физкультурное занятие

«Мы – весёлые игрушки»

(средняя группа)

Задачи:

- закреплять умение подлезать под препятствия ограниченной высоты (в приседе, в положении лёжа);
- совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади;
- развивать умение выразительно и эмоционально передавать в движении игровые образы

Место проведения: спортивный зал

Время: 20 мин

Оборудование: 2 гимнастические скамейки (высота 25 см), доска, 2 дуги (высота 50 см), обручи (д-50см) и мячи (д-20 см) на каждого ребенка, игрушки: бычок, машина, козленок, змейка, мышка, мишка.

Ход занятия:

Дети входят в зал и строятся в круг.

- Ребята, а вы знаете стихи об игрушках? *(ответы детей)* А хотите, побываем в роли игрушек?

1. Ходьба друг за другом:

- «как мишки», на внешней стороне стопы;
- «как мышки», на носках, руки согнуты в локтях впереди, кисти направлены вниз;
- «как петушки», с высоким подниманием коленей, взмахом руками в стороны;
- «как бычок», с опорой на ладони и стопы.

2. Прыжки «как зайка», на двух ногах с продвижением вперед, кисти рук соединены перед грудью.

3. Легкий бег «как волчок», с ускорением и замедлением темпа.

4. Упражнение на дыхание

5. Ходьба по кругу.

- Ребята, посмотрите, у меня есть волшебная палочка. Она превратит вас в игрушки, которые очень хотят заниматься гимнастикой. Закройте глазки. Раз-два-три, теперь игрушки вы. Давайте сделаем гимнастику.

ОРУ.

1. «Куклы»

И.п.- основная стойка

1-2 – прямые руки развести в стороны;

3-4 – и.п.

2. «Жираф»

И.п. – основная стойка

1-2 – руки поднять вперед и вверх, встать на носки, потянуться, посмотреть на руки

3-4 – и.п.

3. «Неваляшка»

И.п. – лечь на спину, руки вдоль туловища, ноги вместе.

1-2 – обхватить руками ноги под коленями, лоб прижать к коленям;

3-6 – покачаться на спине;

7-8 – и.п.

4. «Зайки»

И.п. – ноги вместе, руки согнуть перед грудью, пальцы «смотрят» вниз.

1-4 – прыжки на двух ногах на месте

5-8 – ходьба на месте

- А теперь, игрушки хотят позаниматься и физкультурой.

ОВД:

- «Бычок» - ходьба друг за другом приставным шагом, руки на поясе;

- «Лошадки» - ходьба с высоким подниманием колена, руки вытянуты вперед, кулачки сжаты;

- «Медведь» - ходьба друг за другом на внешней стороне стопы, руки внизу;

- «Козленок» - прыжки с продвижением вперед, руки согнуты в локтях перед грудью, кисти «смотрят» вниз.

Расстояние 1,5-2 м;

- «Змея» - пролезание под гимнастическими скамейками, поставленными в одну линию;

- «В норку мышка заглянула и обратно повернула» - пролезание под дугами, поставленными на расст. 1 м друг от друга, в приседе, не касаясь руками пола;

- «Прокатиться мы решили и к машине поспешили» - пройти по наклонной доске, держа обруч в вытянутых вперед руках.

- Молодцы! Игрушки очень довольны вами.

П/и «Ровным кругом»

- Вот и закончилось наше веселое занятие. А теперь, я вас превращу обратно в ребятишек. Закрыли глазки. Раз-два-три, теперь снова детки вы!

Ходьба друг за другом. Выход из зала.