

Конспект занятия,
построенного на играх, эстафетах, соревнованиях
в средней группе
МОУ начальная школа – детский сад «Росток»
Красноглинского района г.о. Самара

Инструктор по физической культуре
Калмыкова Г.А.

апрель 2007г.

Конспект занятия,
построенного на играх, эстафетах, соревнованиях
в средней группе
МОУ начальная школа – детский сад «Росток»
Красноглинского района г.о. Самара

Время проведения- 9-00 – 9-20

Место проведения - физкультурный зал

Форма одежды – облегченная спортивная

Программные задачи -

1. Совершенствовать двигательные умения и навыки в лазании, ползании; спрыгивании, запрыгивании; в беге с изменением направления и скорости; в ходьбе по ограниченной поверхности с сохранением равновесия.
2. Развивать физические качества.
3. Воспитывать интерес к занятиям, физическим упражнениям, к двигательной самостоятельности.

Оборудование - гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, 3 гимнастические палки, шапочка – маска лисы.

Ход занятия-

Построение в шеренгу (распоряжение – дети, встаньте в шеренгу).

Приветствие. Педагог предлагает детям расправить плечи, смотреть прямо, как настоящие спортсмены. «Ребята, сегодня мы поиграем с вами, но не в простые игры, а волшебные. Мы будем прыгать, бегать, ползать, а наши мышцы в это время будут тренироваться. Согласны?»

- 1.«У ребят порядок строгий» - игра-разминка.

Педагог напоминает детям, что нужно подготовить свой организм к прыжкам, лазанию, бегу, чтобы получить пользу от занятия. Для этого есть специальная игры.

Педагог предлагает ребятам запомнить свои места в шеренге. По распоряжению «В рассыпную на носках, шагать!», дети расходятся по залу произнося слова с педагогом:

« У ребят порядок строгий, знают все свои места,
раз, два, три; раз, два, три – место ты в строю найди!»

В процессе игры педагог следит за правильностью выполнения упражнений, поправляет не справляющихся детей. По окончании слов дети бегом возвращаются на свои места в шеренге. Дети, не успевшие вернуться с окончанием слов или не нашедшие свое место в строю выполняют штрафное задание, например, 5 раз приседают, после чего возвращаются в строй. Педагог напоминает детям, что только правильно выполненное задание принесет пользу. Игра повторяется с другими видами ходьбы: приставными шагами в сторону, с высоким подниманием колена. Заканчивается игра заданием разбежаться в рассыпную и построением по окончании слов в шеренгу на свои места. Педагог хвалит ребят наиболее старательно выполнявших задания.

2. «Лиса в курятнике» - игра большой подвижности.

«Пришла пора показать, какие вы ловкие» - говорит педагог. Вдоль длинных сторон зала расставлены скамейки - курятник. С помощью считалки выбирается ловишка – лиса (одевается шапочка-маска), которая отправляется в лес (на короткую сторону зала). Дети - куры стоят на скамейках. Педагог напоминает ребятам, что спрыгивать, нужно пружиня коленями, приземляясь на носки с перекатом на всю стопу. Педагог - хозяйка курятника говорит слова:

«Вышло солнышко с утра
на прогулку вам пора -
зернышки клевать, червячков искать».

По окончании слов дети – куры мягко спрыгивают вниз, бегают по двору - по залу, имитируя поиски зернышек и червячков. По сигналу педагога «Лиса в курятнике», дети стараются добежать до скамеек и влезть на них, а ребенок

- ловишка догнать (дотронуться) как можно больше ребят. В процессе игры педагог помогает детям, опасаящимся запрыгивать на скамейку, подбадривает нерешительных детей. Педагог хвалит ребят, которые не попались ловишке, указывает на неправильность выполнения задания. Выбирается другой ловишка и игра повторяется. Пойманные дети выполняют спортивное задание (5 прыжков на месте), после чего опять возвращаются в игру. Игра повторяется 3 раза. По итогам игры выбирается самый ловкий ловишка, поймавший больше детей.

3. «Палочка – выручалочка» игра – эстафета.

Педагог предлагает детям посоревноваться в скорости, показать какие они дружные. Затем напоминает ребятам, что в эстафете победа зависит от каждого игрока команды. Перестроение в три звена из колонны по одному (распоряжение – «Ребята, в колонну по одному постройтесь! Направо, к стене в три звена постройтесь!)). Первый ребенок в звене берет эстафетную палочку. На расстоянии 6м от команд расставлены ориентиры. По сигналу педагога первые дети бегут с палками вперед, оббегают свой ориентир и возвращаются к своим командам, передают палку следующему игроку команды, сами встают в конец звена. Игра заканчивается, когда последний игрок выполнит задание. Педагог определяет победившую команду, отмечает самых старательных ребят, хвалит всех за быстроту и старание.

4. «Котята и щенята» игра большой подвижности.

Педагог предлагает вспомнить ребятам, какие виды ползания они знают (ответы детей). Педагог дополняет: «С опорой на кисти и колени, с опорой на локти и колени, с опорой на кисти и стопы... . А какое ползание подходит котяткам? (с опорой на кисти и колени); А какое щенкам ?(с опорой на кисти и стопы) ». Педагог предлагает детям поиграть в игру, где котятками будут мальчики, а щенками девочки. Дети помогают педагогу поставить скамейки вдоль короткой стороны зала на расстоянии 5-6м. от гимнастических лестниц. Мальчики-котятки залезают на гимнастические лестницы - деревья, девочки располагаются за гимнастическими скамейками - забором на

четвереньках с опорой на кисти и колени. Педагог начинает игру словами: «Надоело котят лазить по деревьям, и решили они щенков подразнить». С этими словами мальчики - котята спускаются по гимнастическим лестницам вниз, встают на четвереньки с опорой на кисти и колени и ползут к скамейкам, изображая котят (мяукают, шипят). Педагог продолжает ведение игры словами: «Рассердились щенки, перелезли через забор, решили проучить котят-шалунов» (девочки перелезают через скамейки прямо, с опорой на кисти и стопы и ползут на встречу мальчикам, гавкают, изображая щенков. Педагог говорит: «Убегайте котята скорее». Котята разворачиваются и уползают от щенков, стараясь скрыться на деревьях, а щенки стараются поймать котят на полу (дотронуться). В процессе игры педагог подбадривает нерешительных детей, указывает на ошибки детям, неправильно выполняющим упражнение. По окончании игры педагог подсчитывает, сколько котят поймано щенками. Ребята меняются ролями, и игра повторяется снова. По окончании игры педагог отмечает ребят лучше всех изображавших котят и щенков, самых старательных и самых ловких, определяет команду победителей.

5. «Самолеты» игра большой подвижности.

Педагог предлагает детям ответить на вопрос: «Какой вид транспорта самый быстрый? (ответы детей). Правильно - самолет. Давайте и вы сейчас превратитесь в самолеты и полетаете? А я буду диспетчером, моя работа подавать команды с земли». Педагог предлагает ребятам самим выбрать, куда и зачем полетят самолеты (ответы детей – в Африку, отвезти подарки ребятам...). «Самолеты, все на взлетную полосу! (дети располагаются на линии разметки в исходном положении: стоя на одном колене, руки перед грудью согнуть в локтях. Педагог напоминает детям, что самолеты не должны сталкиваться, чтобы не произошла авария). Расправить крылья, (дети поднимают руки в стороны) завести моторы, (вращение согнутых в локтях рук перед грудью, одна вокруг другой) по выбранному маршруту – летите»! (дети встают на ноги, поднимают руки в стороны, бегают в рассыпную по

залу. Педагог поправляет детей, нарушающих технику безопасности. Дети бегают 25 секунд, после чего педагог заканчивает игру: «Внимание, самолеты на посадку! (дети возвращаются на свои исходные места, либо на любое свободное место в первоначальное исходное положение). Педагог предлагает ребятам выбрать новый маршрут и игра повторяется. По окончании игры педагог отмечает самых внимательных «пилотов».

6. «Тише шагай, смотри, не зевай» игра малой подвижности.

Педагог предлагает ребятам показать, как надо ходить, чтобы никто не услышал (показ детей). «Правильно, ребята. Давайте поиграем в такие тихие, но быстрые шаги. Я буду ведущей, кто быстрее и тише до меня дойдет, тот будет вместо меня руководить игрой.

Дети и педагог располагаются на противоположных коротких сторонах зала. Педагог поворачивается спиной к детям и начинает произносить слова «Тише шагай, смотри, не зевай! (дети крадущимися, но быстрыми шагами стараются ближе подобраться к ведущему) Стоп! (педагог поворачивается к детям, а ребята останавливаются на месте). Снова педагог отворачивается и произносит те же слова. Игра заканчивается, когда первый ребенок доберется до ведущего и занимает его место. Дети, нарушающие правила игры возвращаются в начало пути. Игра повторяется 3 раза.

Построение в колонну по одному (распоряжение «Дети, в колонну по одному, по направлению руки построитесь»!) Педагог хвалит детей за умение подчиняться правилам игр и указаниям, предлагает ребятам назвать наиболее понравившиеся игры на занятии. Напоминает, что пока дети играли, их мышцы незаметно работали, а значит, хорошо потренировались. Педагог предлагает детям самим побыть тренерами и обучить этим играм своих друзей во дворе своего дома. Выход детей из зала в колонне по одному.