

Физкультурно-познавательное занятие

«Путешествие по зоопарку»

Старшая группа

Воспитатель: Рукосуева Е.В.

Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой.

Задачи: Упражнять в беге враспынную с увёртками в п/и «Ловишки», упражнять в ходьбе и беге, в подбрасывании и ловли мяча двумя руками, в скольжении по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, в ходьбе по канату приставным шагом; уточнять и обобщать знания детей о животных; способствовать развитию слухового и зрительного внимания; развивать координацию речи и движений, творческое воображение,; воспитывать активность, любознательность, навыки самоорганизации, взаимопомощи.

Оборудование: 2 скамейки, 4 обруча, корзина с мячами, канат, для подвижной игры «Ловишки», для каждого хвостик

Ход занятия.

Построение в шеренгу по одному

Воспитатель: Плечики расправили, животики втянули, руки прижали к телу.
"Группа - равняйся, смирно! Физкульт!"

Дети: Привет!

Сегодня на нашем физ. занятии я хочу вам загадать загадки, а если вы отгадаете, то узнаете, куда мы с вами отправимся
Загадки о животных (волк, носорог, олень, кенгуру)

1. Загадка.

В лесу зимой холодной

Ходит злой голодный

Зубами щёлк это серый (волк)

2. Загадка.

На носу он носит рог

И зовётся (носорог)

3. Загадка .

Сладкий мох искал

Весь день и жевал его (олень)

Теперь скажите мне пожалуйста, где всех этих зверей можно увидеть?
(Ответы детей). Вот сегодня мы с вами отправляемся в зоопарк.

Воспитатель:

А сейчас внимание! Группа равняйся, смирно!

Направо (раз, два) Отправляемся в зоопарк.

Шагом марш.

Звучит музыка для разных видов ходьбы (продолжительность ходьбы 2 минуты (Бег, боком, углы.)

Воспитатель следит за осанкой (спинку выпрямили, носики подняли, смотрим в затылок друг другу, близко не подходим друг к другу)

Ходьба на носочках

Давайте посмотрим далеко ли до зоопарка? (правая рука под козырек, левая рука на поясе, ноги прямые)

Воспитатель следит за осанкой (близко не подходим, носики кверху, смотрим в затылок друг другу). Шагом марш

Ходьба на пятках, руки за голову.

Дождь пошел, чтобы не намочить ноги пойдем на пятках, зонты открыли, носики вверх, спина прямая, равнение держим.

Ходьба на внешней стопе, руки на пояс.

Из лесу вышел медведь (спинка ровная, соблюдаем дистанцию) шагом марш.

Бегом марш к зоопарку руки перед грудью. (Глазки в пол не опускаем, смотрим вперед) Звучит ритмичная музыка для бега (продолжительность бега 3 минуты)

Шагом марш по кругу, носиком вздохнули. (вдох, выдох) бег враспынную. На месте стой раз, два.

Воспитатель: **Наконец то, мы с вами добрались до зоопарка**

Давай вместе с ребятами сделаем гимнастику называется.

Звериная аэробика (ОРУ) Обращаю внимание на осанку

1. «Идём в зоопарк».

И.п. — о.с. руки на поясе

Переступающий шаг с пятки на носок, руки на поясе

2. «Медведь чешет спинку».

И.п. — о.с. руки опущены вниз

Попеременно поднимать и опускать правое и левое плечо, затем одновременно два плеча (по 4 раза)

3. «Обезьяна рвёт бананы».

И.п. — руки опущены вниз, ноги на ширине плеч

Поднять правую руку через стороны вверх, затем левую. Опустить правую

руку, вперёд и вниз, затем левую.

4. «Большой пятнистый жираф покачивает своей длинной шеей».

И.п. – ноги шире плеч, руки вверху в замке. Наклоны в стороны (8 раз)

5.« Хищная пантера потягивается на солнышке».

И.п. - Сидя на пятках, грудь касается колен, руки вытянуты вперёд, лежат на полу. Не отрывая рук от пола, выпрямить ноги, лечь на живот, руки прямые.(8раз)

6. « Хитрая лиса»

Молодцы, вот и закончили гимнастику.

Дети продолжают свой путь по зоопарку, они подходят к клетке с обезьянками. Идет выполнение основных видов движений.

1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (обезьянка ползёт по дереву).

2.Перепрыгивание с обруча в обруч (с ветки на ветку)

2. Бросание и ловля мяча двумя руками (обезьянка ловит кокос).2 раза

3. Ходьба по канату, руки на поясе (обезьянка ходит по лиане).

Воспитатель: пройдите к клеткам и постройтесь по звеньям

раскладываем оборудование (2 скамейки, корзина с мячами,4 обруча, канат)

Задание:

Проползти по скамейке (показывает ребенок), перепрыгнуть с "ветки на ветку"(через обручи),подойти к корзине двумя руками подбросить мяч и поймать, назад вернуться приставным шагом, руки на поясе - по канату

Воспитатель обращает внимание, что делать упражнение нужно качественно.

Убираем все пособия и строимся в колонну

Дыхательная гимнастика «петушок носиком вздохнул»

А мы дальше продолжаем свой путь по зоопарку.

Шагом марш за ведущим через середину.

И подошли мы с вами ребята к клетки с хищником «Волк».

П.И. ЗАЙЦЫ И ВОЛК»

Дети - зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу педагога: «Волк идет!» - зайцы убегают и прячутся за кусты, под деревья. Волк пытается догнать их. В игре можно использовать небольшой тест:

Зайки скачут, скок-поскок,

на зеленый на лужок.

Травку щиплют кушают.

Осторожно слушают,

Не идет ли волк.

Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием слов появляется волк и начинает ловить зайцев.

Вдох носиком, руки вверх - на выдохе га- га - га - га

Вот и закончилось наше путешествие! Нам пора возвращаться в детский сад.

Строимся друг за другом.

Ходьба по кругу, упражнения на дыхание

Итог занятия – оценка работы детей.

Где вы сегодня путешествовали? Куда бы вы хотели отправиться в следующий раз? Вот и окончилось наше путешествие. Вам понравилось путешествовать?

Вы сегодня были умными, быстрыми, ловкими, дружными.

Вручение медалей «Самые быстрые и самые ловкие»

А теперь пришла пора прощаться. Большое вам спасибо, ребята. До свидание.

Конспект занятия по физкультуре «Путешествие в зоопарк»

Светлана Смольянова

Конспект занятия по физкультуре «Путешествие в зоопарк»

Цель: Привитие детям интереса и ценностного отношения к **занятиям** физической культурой, здоровому образу жизни, средствами **физкультурно-оздоровительных технологий**.

Задачи:

1. Образовательные:

- формировать правильную осанку во всех видах двигательной деятельности;
- совершенствовать умение ходьбы с высоким подниманием бедра;
- закрепить навыки и умения в прыжковых упражнениях, укреплять мышцы стопы, следить за правильной их постановкой;
- научить приемам самомассажа рук, ног и туловища;
- обеспечить оптимальную двигательную активность детей;
- уточнять и обобщать знания детей о животных.

2. Развивающие:

- развивать психические процессы: внимание, мышление, воображение; физические качества: силу, ловкость, координацию; умение действовать по сигналу;
- развивать самостоятельность в двигательных действиях, осознанное отношение к ним;
- совершенствовать умение ориентироваться в пространстве;
- развивать музыкальное восприятие, умение выполнять двигательные действия в такт музыки;
- формирование положительных эмоций.

3. Воспитательные:

- воспитывать интерес к **занятиям** физической культурой и ценностное отношение к здоровому образу жизни;
- воспитывать позитивные качества характера: силу воли, целеустремленность, уверенность в себе;
- воспитывать дружеские отношения между детьми.

Инструктор: Ребята скажите, пожалуйста, кто -нибудь из вас был в **зоопарке**? каких зверей вы там видели? А я вам сейчас предлагаю отправиться на экскурсию в **зоопарк**. Только наш **зоопарк будет необычным**. Звери в нем будут добрыми, они живут не в клетках, а на свободе. С некоторыми из них мы познакомимся поближе. Хотите побывать в таком **зоопарке**?

Мы шагаем в **зоопарк**, побывать там каждый рад

Там медведи и пингвины, попугаи и павлины,

Там жирафы и слоны, обезьяны, тигры, львы

Все мы весело шагаем и движенья повторяем.

Лапку к лапке приставляя, друг за другом поспевая

Шли пингвины дружно в ряд, словно маленький отряд

(Сгибают руки в локтях и выполняют прыжки вправо-влево, вперед-назад)

Кенгуру так быстро скачет, словно мой любимый мячик

(ноги на ширине плеч идут, раскачиваясь)

Мишка головой мотает, к себе в гости приглашает,

Он вразвалочку идет, танцевать к себе зовет.

(убирают руки за спину, двигаются грациозно, с носка)

Вот павлин, он чудо птица и всегда собой гордиться,

Выступает ровно, прямо, смотрит гордо величаво

(бег с высоким подъемом ног)

Пони бегают, резвиться, хочет с нами подружиться,

И в тележке расписной покатает нас с тобой.

Чтоб не сбиться нам в пути надо тройками идти.

Посмотрели вас тут 3, вместе весело пошли.

В 3 колонны дружно встали, подравнялись.

Не устали? Через левое плечо повернулись,

Мне ребята улыбнулись.

Инструктор: Животные в зоопарке **очень ловкие**, чтобы перепрыгивать ямы и кусты. Еще они очень гибкие, чтобы проползать в норы и ущелья. Так же они очень осторожные, чтобы не упасть с дерева или ветки. А вы хотите быть такими гибкими, ловкими, осторожными, сильными и быстрыми, как наши звери? Да. Для этого нужно зарядкой заниматься

ОРУ

1 "Заяц"

Кто стоит среди травы- уши больше головы?

И. п. - основная стойка

на раз руки вверх, подняться на носки. На 2 вернуться в исходное положение. повторить 5-6раз

2 " Жираф"

Он высокий и пятнистый, с длинной шеей.

И питается он листьями, листьями деревьев.

И. п. - основная стойка.

1- тянем шею, подняться на носки.

2- вернуться в исходное положение.

повторить 4-5раз

3 У огромнейшего дяди

Хвост и спереди, и сзади.

Всех сильней на свете он.

Каждый знает - это. (Слон)

И. п- основная стойка, руки опущены.

1-поднять руки, сделать уши.

2- исходное положение

Слон огромный,словно башня.

Только он совсем не страшный.

У него большие уши,

Чтобы мог он слышать лучше.

4 Полосатый, словно зебра

И усатый, будто кот

По лесным, зеленым дебрям

На охоту он идет? (*Тигр*)

1-Приготовили все " лапки-царапки"

И. п- руки согнуты в локтях перед собой, пальцы согнуты, как " когти"

Покажем " тигрята" свои коготки.

5 Она в Австралии живет,

На обед траву жует.

У нее высокий рост, На дух лапах она скачет,

Малыша в кармане прячет (*Кунгуру*)

Прыжки на двух ногах.

Инструктор: Посмотрите, ребята, вот и ворота в **зоопарк**, но через них просто так не пройдешь, а с условием: не касаясь руками пола и не задевая их головой.

Подлезание под дугу.

Инструктор: Ой, какие интересные дорожки в **зоопарке**. По ним прогуливаются животные. Как вы думаете, для чего животные ходят по этим дорожкам (*Ответы детей*)

Правильно, они укрепляют стопу и через активные точки стопы оздоравливают весь организм. Вы хотите походить по этим дорожкам? Дети проходят по массажным дорожкам.

По дорожке мы подошли к вольеру

1вольер" Медвежонок"

Медвежонок толстопятый

Ходит-бродит взад-вперед.

Мелкими шагами ходит,

И с ребят глаз не сводит.

(*Ходьба на четвереньках*)

2 вольер" Обезьянки"

Здесь веселые мартышки

Не читают они книжки

На веточках качаются

Играют, забавляются.

(Прыжки через скамейку)

А вы знаете, обезьянки любят играть, но не одни, а с тигром.

Подвижная игра " Обезьянки и тигр"

Играют: все дети обезьянки и водящий тигр. К поясам детей привязаны ленточки-хвостики.

Мы смешные, мы смешные обезьянки. Мы прыгучки, мы висючки, кувыркали! На деревьях мы висим и бананы мы едим.

Тигр: А я тигр не смешной, я голодный, страшный, злой. Спойте песню еще раз. Я поймаю вас сейчас.

Обезьянки: Мы смешные, мы смешные обезьянки. Мы прыгучки, мы висючки, кувыркали. Любим бегать и скакать, ты попробуй нас догнать.

После этих слов обезьянки разбегаются, тигр пытается догнать и оторвать хвостик.

Инструктор: Вот видите, ребята, сколько в **зоопарке** разных зверей и все они по внешнему виду разные: кто то полосатый, кто то с пятнами, кто то пушистый. Мы сейчас все это покажем в массаже, который сделаем себе. Вставайте в круг и приготовьте свои руки.

Оздоровительный массаж" У жирафа пятна" музыкальный.

Инструктор: Вот и вечер наступает, **зоопарк наш засыпает,**

Засыпает до утра, нам уже домой пора.