

Конспект непрерывной образовательной деятельности по физической культуре

Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий

1-я часть. Ходьба в колонне по одному; по сигналу педагога: «Жуки полетели!» — дети разбегаются врассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» — дети ложатся на спину и двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. Затем жуки поднимаются и снова летают и опять отдыхают

2-я часть. Игровые упражнения.

1. Равновесие – ходьба по скамейке, перешагивая через шнуры, кубики, бруски.
2. Прокатывание мяча между предметами; в прямом направлении; лазанье по доске на четвереньках, ползание под дугу.
3. Подвижные игры

Подвижная игра «Поезд».

Цель: учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить своё место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.

Описание. Дети становятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый – «паровоз», остальные – «вагоны». Педагог даёт гудок, и «поезд» начинает двигаться вперёд сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец, дети переходят на бег. После слов педагога «Поезд подъезжает к станции» дети постепенно замедляют движение – поезд останавливается. Педагог предлагает всем выйти, погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой полянке. По сигналу дети снова собираются в колонну – и поезд начинает двигаться

Подвижная игра «Воробушки и кот».

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание. Дети – «воробушки» сидят в своих «гнездышках» (в кругах, обозначенных на земле, или нарисованных на асфальте) на одной стороне площадки. На другой стороне площадки – «кот». Как только «кот» задремлет, «воробушки» «вылетают» на дорогу, «перелетают» с места на место, ищут крошки, зёрнышки (дети приседают, стучат пальцами по коленям, как будто клюют). Но вот «просыпается» «кот», «мяукает» и бежит за «воробушками», которые «улетают» в свои «гнезда». Сначала роль «кота» выполняет педагог, а затем кто-нибудь из детей.

3-я часть. П/и по выбору