

Физкультурное занятие
игрового типа
в старшей группе «Радуга»
на свежем воздухе.

Инструктор по физкультуре
Вишневская Наталья Владиславовна

Цель занятия: закрепить в игровой форме основные виды движений: бег, прыжки через препятствие; упражнять в беге прямым галопом; развивать двигательную активность, ловкость, быстроту, умение действовать по сигналу; воспитывать доброжелательность и чувство товарищества.

Оборудование: стойки с перекладинами, шапочка волка, косынка.

Инструктор: Ребята сегодня у нас занятие не простое, а игровое. Мы отправимся с вами в страну «Играй-ка!», для того , чтобы в нее попасть мы сядем на весёлую карусель. Раз-два-три круг собери! Давайте заведем нашу карусель, только держитесь крепко за руки.

1. Игра «Карусели»

цель: закрепить умение двигаться по кругу, ускоряя и замедляя темп движения.



«Завертелись карусели, ели-ели, ели-ели, а
потом, потом, потом всё бегом, бегом,
бегом...



Тише, тише, не спешите, карусель
остановите...Раз, два, раз, два вот и
кончилась игра.

Вот и прибыли мы в страну «Играй-ка»,
здесь нас ждет игра «Ровным кругом», в
этой игре проявите свои знания и
фантазию.

2. «Ровным кругом»

Цель игры: закрепить умение
самостоятельно придумывать упражнения,
опираясь на свой опыт, развивать
двигательное творчество.

Ровным кругом, друг за другом, мы идем за
шагом шаг, то, что Оля (Миша, Саша и т.д.)
нам покажет, сделаем мы так!





Упражнения для всех групп мышц: для рук,
ног и туловища



Ноги выше поднимаем, через лужи мы
шагаем;
А теперь присели: встали-сели, встали-сели



Валера нам покажет прыжки «Ноги врозь,
ноги вместе»

Ребята, а на этой площадке живут быстрые лошадки. Лошадки скачут и резвятся, а рожок услышат в конюшню мчатся.

3. «Быстрые лошадки»

Цель: упражнять в движении по площадке прямым галопом, закрепить умение перепрыгивать препятствие.

Описание игры: Дети стоят за стойкой с перекладиной в «Конюшне» (высота 20 см.), по свистку перепрыгивают через перекладину и прямым галопом движутся по площадке, по сигналу возвращаются в «Конюшни».



Поскакали по площадке развеселые
лошадки...



Лошадки по конюшням!

Ребята эта игра вам знакома, я назову её героев, а вы угадайте, что это за игра.

В той игре волк живет и гусей стережет, а хозяйка их зовёт и гусей дома ждёт.

Правильно «Гуси и волк». Мы сейчас с вами выберем хозяйку считалкой, а чтобы выбрать волка будем захватывать гимнастическую палку поочередно. Ребята кто знает считалку?

4. «Гуси и волк»

Цель: упражнять в беге в заданном направлении, не натакиваясь друг на друга; развивать ловкость, ориентировку в пространстве.



«Шёл баран по крутым горам, вырвал
травку положил на лавку, кто ее возьмет,
тот и вон пойдёт.



Собирайся народ, кто в игру играть идет.

Слова игры.

Хозяйка. Гуси-гуси

Гуси. Га-га-га

Х. Есть хотите

Г. Да-да-да

Х. Ну летите

Г. Нам нельзя, серый волк под горой,
не пускает нас домой.

Х. Ну летите, как хотите, только
крылья берегите!



Ну летите....



Гуси летят, крыльями машут

Ребята в стране игр живёт Весёлый Дракоша. Он любит играть только с дружными детьми, а вы дружные? Значит мы можем поиграть в игру «Весёлый Дракоша»

5. «Веселый Дракоша»

Цель: закреплять умение двигаться в разных направлениях, держась друг за друга, не расцепляя рук. Воспитывать ловкость и дружелюбие.

Описание игры: дети стоят в колонну, обхватив друг друга за пояс, руки в «замке». Первый ребёнок –голова дракончика старается поймать последнего-свой хвост.



Молодец Алина! Очень ловко поймала
ХВОСТ.

Ребята наше путешествие в страну «Играйка» подошло к концу, а в садик мы поедем на весёлом паровозике «Чух-чух».

6. «Паровоз»

Цель: закрепить умение двигаться в колонне друг за другом, сохраняя строй при изменении направления, и ходьбе «змейкой».



Загудел паровоз и вагончики повез...
Чух-чух-чу-чу всех ребят я прокачу!