

Физкультурные занятия в детском саду.

Средняя группа.

Конспекты занятий

ОРУ (общеразвивающие упражнения)

И. п. (Исходные положения)

П И (Подвижная игра)

Май

средняя группа

2 неделя улица

Задачи: Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.

Оборудование: мяч, 6-8 кеглей, косички.

Часть 1

Ходьба в колонне по одному; прыжки через бруски; ходьба и бег врассыпную.

Часть 2

Основные движения:

Игровые упражнения.

1. «Достань до мяча» На ветку дерева подвешивают мяч в сетке. Дети по очереди в колонне по одному делают небольшой разбег и подпрыгивают вверх, стараясь ударить по мячу или коснуться его.
2. «Перепрыгни ручеек» Воспитатель делает из косичек дорожки «ручейки» разной ширины - от 30 до 70 см. Дети становятся в две колонны. И выполняют прыжки на двух ногах через «ручейки».
3. «Пробеги - не задень». В один ряд ставят 6-8 кеглей, расстояние между ними 30 см. Дети пробегают между кеглями, стараясь не задеть и не уронить их.

Подвижная игра. «Совушка»

Цель: учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

Ход игры: Играющие свободно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Воспитатель говорит: «День наступает – все оживает». Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и т.д.

Неожиданно произносит: «Ночь наступает, все замирает, сова вылетает». Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

Часть 3. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей.