

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 125 «Яблонька»

Конспект ОД
по физическому развитию «Путешествие в
зоопарк» в старшей группе детского сада

Подготовил: Громова Т. Н.
воспитатель высшей
квалификационной категории

г. Дзержинск, 2021г.

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

Задачи:

- закреплять умение ходить в рассыпную на носках, на пятках, на внешней стороне ступни, останавливаться по сигналу. Бег по кругу на носках, с высоким подниманием колен, и малой змейкой.

- совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке на животе;

- продолжать учить ходить по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия прямо, руки в стороны;

- повторить прыжки на двух ногах через бруски и в перебрасывании мяча двумя руками снизу в игре

- воспитывать у детей любовь и бережное отношение к животным.

Спортивный инвентарь: карточки животных; 2 скамейки, набивные мячи, для перепрыгивания, 2 магнитные доски, два мяча.

Ход

Вводная часть.

Вход под музыку «*Вместе весело шагать*».

Шагом марш, по кругу. Ручками работаем. Ножки выше поднимаем.

На месте стой раз-два. Направо раз-два. Плечики расправили, животики втянули, руки прижали к телу.

Группа - равняйся, смирно! Здравствуйтесь, ребята!

-Ребята, сегодня к нам на занятие пришли гости, они улыбаются вам. И вы улыбнитесь гостям. Улыбнитесь друг другу. Улыбнитесь и мне!

Сегодня на занятии предлагаю вам, отправимся со мной на прогулку в зоопарк.

Скажите- кто живет в зоопарке (*ответы детей*).

- Одним словом, эти животные какие? (*дикие*). Молодцы!

- А как вы думаете, для чего создан зоопарк? (Чтобы люди могли увидеть животных из разных стран: из жарких и северных стран.)

Посмотрели по сторонам запомнили, кто стоит впереди. Это вам нужно, чтобы найти и не потерять свое место в колонне.

Готовы?

Равняйся, смирно. Налево раз-два. В обход по залу шагом марш.

Рано утром мы встаем громко сторожа зовем

Сторож, сторож поскорей выходи будить зверей.

Пока мы идем, вспомним, кто же живет в зоопарке. (*Ходьба по залу*)

-Проснулись высокие жирафы -ходьба на носочках руки вверх;

- Хорошо рассыпались в рассыпную водяные капли и пошел дождь - раскрыли зонтики, ходьба на пятки, руки за головой;

- Молодцы вышли косолапые мишки- руки на пояс, на внешней стороне стоп; спинка прямая, головку поднять, умнички!

- Маршируем и стройся за Андреем в колонну по одному, а теперь слушай команды:

-стоп «цапля» (*на одной ноге, вторую согнутую в колене поднять, руки вверх*); держим равновесие, без задания марш

-стоп «лягушка» (*присесть руки на пол между колен*); без задания марш

Так же в зоопарке есть полосатые зебры, ускоряем шаг, бегом марш бежим на носочках;

-Молодцы, а пони бегут поднимают высоко колени, Молодцы! Еще в зоопарке есть красивые змеи, бег малой змейкой марш. Шагом марш, восстанавливаем дыхание, крылышки вверх- вдох-выдох. Маршируем без задания.

Звери в зоопарке тоже делают зарядку, налево в колонну по три марш (*маршируем*). На месте стой раз-два. Налево раз-два.

Основная часть.

В зоопарк мы прибыли, но клетки пустые, животных здесь нет. Предлагаю поселить животных в зоопарк.

1.«Первая кто здесь поселится это мудрая кобра».

И. п. ноги на ширине стопы, руки внизу.

На счет 1-2 поднимаемся на носочки, руки вверх, 3-4 опускаемся в и. п.

2. «Медведь чешет спинку об дерево».

И. п. – о. с. руки вдоль туловища. Попеременно поднимать и опускать правое и левое плечо, затем одновременно два плеча (*по 4 раза*)

3 «Большой пятнистый жираф покачивает своей длинной шеей».

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

4 «Страус с длинной шеей спрятал свою голову в песок».

И. п. - ноги шире плеч, руки вверху в замке. Наклоны вперёд, коснуться руками пола, ноги не сгибать. (*8раз*)

5. К нам пришла гордая пантера, Алена помоги мне пожалуйста.

«Хищная пантера показывает хвостик». И. п. – Сидя на полу, упор заде, колени прижали к себе. На счет 1 колени п право, 2 Ип, на 3 колени влево, 4 Ип (8раз)

6. «Следующее животное — это тюлень».

И п - Легли на животик, руки вытянуть вперед, ножки приклеили к полу. На счет отрываем грудку, головку, ручки выше поднимаем и делаем 3 хлопка. На 4 Ип.

7. «Зайки скачут на полянке», мы поскачем словно зайки И. п. ноги вместе, руки на пояс. Прыжки на двух ногах из стороны в сторону. Исходное положение принять. (по 10 прыжков 3раза)

8. «Прилетел петушок». И. п. ноги на ширине плеч, крылышки внизу. На вдох поднять руки вверх и опускаем постепенно на каждый слог ку-ка-ре-ку. 3раза.

- А теперь посмотрите какое животное здесь лишнее. (петушок).
- Правильно, петушок почему? (потому что - это домашнее птица)
- Правильно, а в зоопарке живут только дикие животные.

В зоопарке еще остались пустые клетки, предлагаю вам самостоятельно найти и заселить, только диких животных. А чтобы найти животное, вам нужно превратился в зверей и выполнить задания. Миша помоги не, покажи детям, что нужно делать.

Панда любит лазать и потягиваться на деревьях – мы будем как панда ползти по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват рук с боков, ноги сзади прямые. В конце скамейки, ноги ставим по разным сторонам от скамейки, встаем, подходим к набивным мячам. Кенгуру любит прыгать через, препятствие и мы будем прыгать на 2 ногах перепрыгиваем через набивные мячи (ноги вместе, руки на поясе) как кенгуру. Подходим гимнастической лестницы, как орлы поднимаемся вверх, руки в стороны, берем дикое животное и спускаемся, животное прикрепляем к магнитной доске и возвращаемся в свою колонну.

Молодцы, вы поселили животных в зоопарк. А наши зверята очень любят играть, давайте и мы поиграем с ними.

Проводится подвижная игра «Мяч водящему» 2 раза

Очень важно ловить мяч и отдавать обратно двумя руками снизу, следующий игрок делает шаг вперед.

Заключительная часть. Сделали кружок, сели на колени. Теперь давайте вспомним кого мы видели в зоопарке и расскажем нашим гостям - пальчиками:

Мы шагаем в зоопарке (указательный и средний пальцы ходят по столу, Побывать там каждый рад, (хлопки в ладоши, стук кулачков)

Там пони, зебры, крокодилы, попугаи и гориллы, *(загибаем пальцы на правой руке)*

Там жирафы и слоны, обезьяны, тигры, львы. *(загибаем пальцы на левой руке)*

А в руках у нас ружье фотографирует оно. *(изображаем фотоаппарат,*

Сделаем всем фото! *(дети делают гримасы разных животных).*

- Что мы делали? *(прыгали через набивные мячи, летали, ползали).*

А как вы думаете, где в жизни это нам может пригодиться ? *(подниматься в гору, перепрыгивать через лужи и т. д.).* а что было самым сложным? А что вам больше понравилось?

Ответы детей.

- Наша прогулка подошла к концу, нам пора возвращаться домой.

Построились в 1 шеренгу плечо к плечу. Равняйсь! Смирно! Направо!

В группу шагом марш.