

Занятие по физической культуре
(В рамках тематической недели города)

БТИ: «Где и как зародились виды спорта»

СМИ: «Африканские войны»

ОДР: Полный круг

Возраст: Подготовительная группа



Разработала: инструктор по физической культуре МБДОУ
д/с №62 И.Б.Богатырева.

Цель: Создание условий для формирования познавательного интереса детей дошкольного возраста в процессе двигательной деятельности.

Задачи:

- *обучающие* - совершенствовать технику ходьбы и бега с преодолением препятствий, лазания по шведской стенке, владения палкой, броска в вертикальную цель, прыжков на хопе;

- *познавательные* - расширить представления о народностях Африки, их быте, укладе жизни, ритуалах племен.

- *воспитательные* - воспитывать чувство коллективизмопереживания, настойчивости, целеустремленности.

- *коррекционно-развивающие* - развивать координацию движений, воображение, психофизические качества - силу, быстроту, прыгучесть, ловкость, равновесие, творческие способности; осуществлять коррекцию стопных нарушений

Оборудование и инвентарь: музыкальное сопровождение, шведская стенка с двумя пролетами (1 шт.), гимнастические скамейки (2 шт.), дуги (2 шт.), доски с крючками (2 шт.), кирпичики (кочки) (10 шт.), коррекционные дорожки для коррекции стопных нарушений (плоскостопие, косолапие), пальмы, (бананы), кар, мячи (12шт.), обручи (4шт), палки гимнастические (по количеству участников), хопы (2 шт.), набедренные повязки двух цветов (по количеству участников), «крокодилы», вертикальная цель (обручи на стойках), картинки.

Оформление зала создает представление о мире джунглей: много зелени на шведской стенке, по периметру площадки натянуты шнуры, на которых подвешены зеленые ленточки, на информационной доске выложены картинки Африки.

Ход занятия

Инструктор по физкультуре: Мы продолжаем наше путешествие по удивительному жаркому континенту - Африке!

В прошлой игре мы познакомились с животным и растительным миром Африки.

Вы уже знаете что в Африке есть пустыня... Рассказы детей.

Мы с вами вспомним и покажем какие животные живут в Африке.

Мини этюд «Животные Африки»

Упражнения

1.«Змея» - лежа на спине. 1-сгруппироваться, 2-и.п

2. «Жираф» - лежа на спине, руки под головой. 1- Поднять прямые ноги 2-опустить

3.«Крокодил» -лежа на животе. 1-2-3-упор на локти и носки 4-и.п.

4. «Лев» -сидя на низких четвереньках, руки выпрямлены вперед

1- 4прогибая спину, лечь на живот, вернуться в и.п.

5. «Скорпион» - стоя на четвереньках. 1-согнуть прав.ногу , 2-и.п. 3-4 другой ногой

6. «Слон» - высокие четвереньки. 1-поднять прав.ногу, 2-и.п. 3-4 другой ногой

7. «Верблюды в пустыне» -ходьба на высоких четвереньках

8. «Веселые шимпанзе» - прыжки в приседе

Инструктор: Ребята кто населяет Африку, -

Дети: аборигены, туземцы.

Инструктор по физкультуре: Как живут аборигены?

Дети: Аборигены живут племенами. В каждом племени есть свой *вождь*. Обычно это самый старый и мудрый соплеменник, который отличился в боях, на охоте, в состязаниях. Его выбирают всем племенем и безоговорочно подчиняются ему. Его слово - закон для всего племени.

Инст: Как вы думаете, какой вид спорта мог зародиться в Африке? Ответы детей.

Сегодня ребята у вас есть возможность стать настоящими африканцами показать свою ловкость, быстроту в состязаниях.

Для этого нам нужно совершить ритуал посвящения в воины и выбрать вождей

Красного и Синего племени.

Под музыку дети одевают набедренные повязки, на шею вешаются пуговицы, каждому воину вручается боевое копьё. *(на детях боевая раскраска - красные и синие полосы на щеках и на лбу).*

Вождя Красного племени зовут - Зоркий Глаз, Синего - Острый Коготь.

«Красное племя» вызвало на состязание «Синее племя». Состязания проходят на поляне состязаний.

Инструктор по физкультуре: Воины, путь вам предстоит долгий и нелегкий, нужно будет преодолеть одну из самых крупных рек в мире - африканскую реку *Нил*, на вашем пути встанут высокие и могучие *баобабы* и поваленные ветром пальмы. миновать заболоченные места, пройти по опасным тропам. Только тогда вы сможете выбраться к Поляне Состязаний. В джунглях, как вы знаете, очень много диких животных, которые могут в один миг напасть на вас, поэтому прежде всего нам нужно

слиться с природой, раствориться в ней, превратиться в крепкие корни, упругие ветки, сильный ствол, быть тише воды, ниже травы и научиться подражать голосам разных птиц и животных.

Дети строятся для выполнения комплекса ОРУ с палкой (музыка под фонограмму).

«Крепкие корни».

Сидя по-турецки, палка за спиной

1-Поворот туловища вправо 2-И. п.

3-4. То же влево. Амплитуду увеличивать 8 раз

«Упругие ветки».

Сидя по-турецки, палка в прямых руках над головой

1- Наклон туловища вправо, коснуться пола правым концом палки. 2- И. п.

3-4. То же влево 8 раз

«Перелазим через ветки».

Сед ноги вместе, палка впереди в прямых руках

1.- Согнуть правую ногу и перенести ее через палку. 2- Вернуть ногу в и. п.

3-4. То же левой ногой 8 раз

«Шелест листвы».

Стоя, палка впереди в прямых руках

Вращение палки вправо и влево

«В дозоре».

Стойка ноги врозь, палка за головой, хват за концы палки

Наклон туловища вперед, палку вперед.

Поворот головы вправо.

Поворот головы влево.

И. п.6 раза

«Сильные ноги ».

Стоя, ноги широко врозь, палка на лопатках

1-Присесть на правую ногу, левую выпрямить.2. Присесть на левую ногу, правую выпрямить. 8 раз

Ведущий. Вот наши воины вышли на тропу, которая ведет на Поляну Состязаний. Племена во главе со своими вождями начинают движение по тропе состязаний. Копье-палка в правой руке.

Первое препятствие - «Река Нил».

На середине зала стоят две скамейки. На полу разложены «Крокодилы». Ползание по гимнастическим скамейкам на животе.

Второе препятствие «Ядовитый паук».

– Подлезание под дугу (выс.50см.

Третье препятствие - «Завал пальмовых деревьев».

Дети ползут на высоких четвереньках по наклонной доске, спускаются по гимнастической лестнице.

Четвертое препятствие - «Глубокий каньон».

Дети кладут на голову эспандер, и проходят по мини-степам, сохраняя равновесие.

Пятое препятствие « Тропа ведущая к Поляне Состязаний»

Ходьба по коррекционным дорожкам.

Ведущий. Ну вот воины, преодолев все препятствия вы Поляна Состязаний. Вам нужно настроиться на боевой лад - сконцентрировать силу и внимание, для этого мы должны сделать специальное упражнение.

Упражнение «Смена караула».

Команды выстраиваются полукругом, ведущий с палкой в руках стоит посередине полукруга. Ведущий называет имя ребенка, отпускает палку, отходит назад. Ребенок чье имя было названо быстро подбегает, не давая упасть палке на пол.

Состязания

1. Эстафета «Метание копья» (для мальчиков).

У каждого мальчика по 3 копья

Мальчики по очереди метают палки в вертикальную цель. Подсчитывается попадания в цель.

Эстафета «Разожги костер» (для девочек)

Девочка с султанчиком в руках, бежит до обруча, по пути преодолевая препятствие (пролезая в обруч закрепленный на стойках), оставляет султанчик в обруче, оббегает «костер», возвращается в команду.

2. «Передача кокосов». Команды встают цепочкой в затылок друг другу по длине площадки. С одной стороны на полу лежит 6 мячей. По команде участники передают мячи на другую сторону цепочки. Последний положив мяч в обруч, бежит вперед, а команда немного смещается назад, передает мяч назад. Выигрывает та команда, которая первой справится с заданием.

3. «Оседлай дикую зебру». Прыжки на хобах.

Возращение на Ритуальную Поляну.

Построение ритуального круга - образовать круг, взявшись за конец своей палки и конец палки рядом стоящего. Бег по кругу с подскоками под аккомпанемент бубна.

Команды строятся в шеренги напротив друг друга, Ведущий объявляет результаты состязаний.

Ведущий. Вот и закончилось наше путешествие в глубь удивительного континента под названием Африка. Мы узнали много интересного и нового о привычках, нравах, условиях жизни жителей, населяющих этот континент. Нас ждут новые приключения.

