

МБДОУ Онохойский детский сад «Солнышко»

Нетрадиционное использование спортивного инвентаря.

Физкультурное занятие с канатом для детей подготовительной к школе группе
«Обезьянки».

Составила воспитатель: Саковец О.В.

Программное содержание:

- Упражнять в ползании с опорой на ладони и колени и прыжках;
- Развивать ловкость, смелость, взаимопомощь у ребят;
- Поддерживать чувство «мышечной радости», удовольствия от выполнения упражнений;
- Закреплять знания самомассажа

Оборудование: тонкий канат

Ход занятия:

В середине зала расстелен канат. Входит подгруппа детей. Педагог приглашает поиграть с волшебной лианой, но для этого дети должны превратиться в обезьянок. После волшебных слов дети поворачиваются на месте вокруг себя, превращаясь в обезьянок. Педагог предлагает показать обезьянам дорогу к волшебной лиане.

- Обезьянки, чтобы дойти до волшебной лианы, надо проделать долгий путь. А на пути нас могут подстерегать разные препятствия. Мы смелые обезьянки? Никто не испугается? Тогда пора в дорогу.

Построение в колонну.

1 часть.

- Сначала мы пойдем по широкой дороге (ходьба в колонне по одному).

Внимание, обезьянки! Сейчас мы пойдем по дороге, на которой много маленьких острых камешков (ходьба на пятках, руки за голову).

А сейчас у нас на пути растут кусты, надо нам через них пробраться (ходьба в приседе).

А теперь, обезьянки, надо пройти через джунгли, ветки у деревьев спускаются низко, надо их поднять, чтобы мы не зацепились (ходьба на носках, руки вверх).

Вот мы и выбрались на ровную дорогу, по которой побежим (бег в среднем темпе).

Ну, вот мы уже почти пришли (ходьба).

2 часть.

Игровые задания. - Вот и волшебная лиана. Посмотрите, какая она длинная. С ней можно придумать много разных игр. (Педагог предлагает детям придумать задания и выполнить их).

«Обезьянки ходят по лиане» - ходьба по канату прямо и боком.

«Карабкаемся по лиане» - пройти, широко расставив ноги, стараясь не задеть канат, лежащий на полу между ног (это задание видоизменяется: выполняется в ходьбе спиной вперед + в беге + проползти на четвереньках низких)

«Попрыгунчики» - прыжки через канат «змейкой»

- А теперь обезьянки подошли к лиане и встали около неё, кому, где нравится (построение в шеренгу около каната)

«Чешем ножки» - катание каната правой (левой) ногой

«Сильные ножки» - приподнять канат с пола, обхватив его пальцами ног.

«Попрыгунчики» - прыжки через канат на двух ногах + на одной ноге, чередуя правую и левую.

- Обезьянки, найдите себе друга! (перестроение в колонну парами). Теперь вы поиграете со своим другом, но помните, что надо друг другу помогать, быть внимательными, не спешить и не потерять своего дружочка!

Натягивание каната над полом. Задания выполняются детьми в паре.

«Подлезть под лиану» - пролезть под канат на четвереньках, стараясь не задеть его, выполняя задание синхронно с партнером.

«Попрыгунчики» - дети перепрыгивают через натянутый канат, держась за руки (прямо, боком, на одной ноге)

«Бегаем и прыгаем» - дети бегут по залу, держась за руки, добежав до натянутого каната, перепрыгивают его, выбирая произвольный способ.

«Смельчаки»- рук-ль и пом-ик вращают канат, дети пробегают под ним, стараясь его не задеть (парами, четверками).

3 часть

- Наигрались, обезьянки? Погуляйте со своим другом по поляне (ходьба, упражнения на восстановление дыхания). Давайте сделаем массаж: наши ноги и руки хорошо поработали, надо им тоже отдохнуть (выполняются элементы общего массажа: дети поглаживают по очереди спину друг другу, самостоятельно поглаживают свои руки и ноги, выполняют похлопывания).

Вам понравилось быть обезьянками и играть с волшебной лианой? Но нам, ребята, пора возвращаться в детский сад. Сейчас я произнесу волшебные слова, и вы снова превратитесь в мальчиков и девочек! А еще я хочу попросить вас придумать другие

интересные игры, в которые могут играть обезьянки с волшебной лианой, и в следующий раз, когда мы с вами увидимся, то снова превратимся в обезьянок, и вы меня научите играть в эти игры.

Дети прощаются, выходят из зала.