Муниципальное образовательное учреждение для детей дошкольного и младшего школьного возраста прогимназия № 4

Конспект занятия по физической культуре

« Волшебные обручи ».

Автор сценария – инструктор по

физической культуре

Ткачук Е.В.

г. Новочеркасск 2006 год

**БТИ**: « Мир вокруг нас».

**СМИ**: «Волшебные обручи».

**Подр**. (преобладающий двигательный режим) — стоячий.

Для детей средней группы.

**Автор:** Ткачук Е. В. (МОУ № 4 г. Новочеркасск).

Дети заходят в зал. На ковре разложены обручи.

Сегодня в гости к нам пришли наши друзья, жители спортивного зала, обручи. Они волшебные и очень им нравится во что-нибудь превращаться. Я предлагаю отправиться в увлекательный мир превращений вместе с нашими друзьями.

Наши обручи превратились в кроватки, в которых спят маленькие сони.

**Физ. 1** « Сони» и.п. лежа в обруче, в позе группировке- перекаты в правую -в левую стороны.

Наступило утро. Над нашей планетой взошло солнце, чтобы обогреть все живое.

**Физ. 2** «Солнце встало» и.п. лежа на спине в позе группировке - выпрямление рук и ног с одновременным разведением их в стороны.

На стене часы пробили восемь часов.

**Физ.З** «Часы» и.п. лежа на животе, ноги согнуты в коленях, руки согнуты в локтях- вращение вокруг себя, переступающими движениями.

На море весело резвится стая дельфинов, то выныривая, то снова прячась

в морских глубинах.

**Физ. 4** «Дельфины» и.п. лежа на животе руки согнуты в локтях на уровне груди – выпрямление рук в локтях, прогнуться в пояснице *(дети с лордозом поднимают голову приподнимаясь на руках ).*

По берегу между камней и ракушек ползут неуклюжие крабы.

**Физ. 5** « Крабы» и.п. низкие четвереньки - ползание на четвереньках вокруг обруча.

А сейчас наши обручи превратились в забавные лодочки.

С мармеладом в бороде

К своему папаше

Плыл медведь в сковороде

По кудрявой каше.

**Физ.6** « Лодочка» и.п. сидя по-турецки в обруче - наклоны вперед, дотронуться руками пола за обручем.

По дороге мчатся быстрые автомобили.

**Физ. 7** «Автомобиль» и.п. сидя, обруч в руках перед грудью - передвижения вперед - назад при помощи шаговых движений ягодицами. *(в зависимости от уровня двигательного развития дети передвигаются на разное расстояние )*

Прошел сильный дождь, и в лесу стали расти грибы. Девочки - Волнушки, Лисички, а мальчики - Опята, Сыроежки.

**Физ. 8** « Грибы» и.п. сидя в обруче на низких коленях, туловище наклонено вперед -принять средние, высокие четвереньки, обруч поднять вверх.

Я Мухомор. Красивый и важный.

Веселый я плут, но в суп меня не рвут.

**Физ. 9** « Мухомор» и.п. тоже - принять положение стоя.

Наши обручи превратились в деревья, мальчики - клены, дубы, тополя. Девочки -березки, ивушки, осинки.

Ветер дует нам в лицо, закачалось деревцо,

Ниже наклоняются, ветки не ломаются.

**Физ. 10** «Деревья» и.п. стоя обруч вверху - наклоны туловища в стороны.

Захотелось нам отправиться к бабушке в деревню и превратился обруч в железную дорогу.

Паровоз летит ту - ту , никого не задавлю.

**Физ. 11** « Паровозик» и.п. стоя на обруче (обруч лежит на полу) – ходьба по обручу приставным шагом, ставя ногу на середину стопы . *( Дети с продольным плоскостопием по гипертоническому типу идут по обручу ставя ногу пяткой на пол, носками стопы на обруч, дети с продольным плоскостопием по гипотоническому типу ставят ногу пяткой на обруч)*

Приехали к бабушке и решили покататься на самокате.

**Физ. 12** « Самокат» и.п. стоя обруч с боку, одна рука придерживает обруч сверху, другая подталкивает сзади - прокатывание обруча вперед и ходьба за ним.

**Физ. 13** « Юла» и.п. стоя , обруч стоит вертикально на полу перед собой - вращение обруча вокруг своей оси. *(Дети с высоким уровнем двигательной активности могут запрыгивать и выпрыгивать в обруч, который вращается или уже остановился, кроме детей с плоскостопием)*

Напоила бабушка нас теплы молоком , да поставила свою любимую пластинку.

Кручу, кручу пластинку кручу,

Услышать музыку я очень хочу.

**Физ. 14** « Грампластинка» - вращение обруча на поясе.

**Физ. 15** « Бездомный заяц» - игра.

Зайцы ,которые остались без дома, сидят под кустом и не виляют хвостом.

Чтобы не увидела лиса и не съела шустряка.

Пока мы играли, не заметили, что наши веселые друзья снова превратились в обручи и мирно отдыхают. А нам пора возвращаться в группу.

Ходьба по залу и махи рукой на прощанье.