Конспект занятия в средней группе по физкультуре

**Занятие 46**

Задачи. Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.

I часть. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу. Ходьба и бег повторяются.

II часть. Общеразвивающие упражнения с кубиками.

1. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, кубики вниз. Поднять кубики через стороны вверх, постучать ими над головой 2 раза, опустить кубики вниз, вернуться в исходное положение *(5-6 раз)*.

2. И. п. – стойка на ширине плеч, кубики за спиной. Наклон вперед, поставить кубики у носков ног, выпрямиться, руки на пояс. Наклониться, взять кубики, вернуться в исходное положение *(4-5 раз)*.

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, кубики в обеих руках вниз. Присесть, кубики вынести вперед. Встать, вернуться в исходное положение *(4-5 раз)*.

4. И. п. – стойка на коленях, кубики у плеч. Поворот вправо (влево, положить кубики у носков ног. Поворот вправо (влево, взять кубики, вернуться в исходное положение *(по 3 раза в каждую сторону)*.

5. И. п. – ноги слегка расставлены, кубики на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кубиков в разные стороны, с небольшой паузой между сериями прыжков *(3-4 раза)*.

Основные виды движений.

1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамейки *(2-3 раза)*.

2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой. В конце скамейки сойти, сделав шаг в низ *(2-3 раза)*.

Дети строятся в две колонны поточным способом один за другим, выполняют ползание на четвереньках вверх, а затем вниз *(если имеются специальные приспособления)*. Хват рук с боков выполняется так: большой палец сверху доски, а остальные внизу.

Далее дети переходят ко второму заданию – ходьбе по гимнастической скамейке (повышенная опора, руки за головой, на середине присесть, хлопнуть в ладоши перед собой, выпрямиться и пройти дальше, сойти, не прыгая.

Подвижная игра *«Птички и кошка»*. Воспитатель выкладывает круг из веревки или шнура. Дети становятся по кругу с внешней стороны. Одного ребенка назначают водящим – *«кошкой»*, которая находится в центре круга; остальные дети – *«птички»*. *«Кошка»* засыпает (закрывает глаза, а *«птички»* прыгают в круг, *«летают»*. По сигналу воспитателя *«кошка»* просыпается, произносит: *«Мяу!»*, и начинает ловить *«птичек»*, а они улетают за пределы круга. Пойманных *«птичек»* *«кошка»* оставляет около себя. Игра повторяется с другим водящим.

III часть. Ходьба в колонне по одному.