

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 190»
Гидростроителей ул., д.30, Краснодар, 350065, тел.266-42-13,
тел./факс (861)237-29-38, e-mail- mdou@ds-190.ru

Конспект игровой ситуации по физической культуре «Друзья доктора Айболита»

Составила инструктор по
физической культуре Кот И.В.
Воспитатель Селиванова Л.В

«Друзья доктора Айболита»

Программные задачи:

1. Учить ползанию по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, обращая внимание, чтобы смотрели вперед, голову не опускали, ноги держали вместе.
2. Закреплять умение прыгать двумя ногами с кочки на кочку, соблюдая дистанцию.
3. Совершенствовать ходьбу по канату боком, приставным шагом.
4. Закрепить знания детей о животных жарких стран, развивать умение согласовывать движение с речью.
5. Воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи.

Оборудование: кочки; канат; ориентиры; рули; гимнастические скамьи; маты.
Место проведения - спортивный зал.

Содержание работы	Дозировка	Методические указания
I. часть Вводная 1. Построение в шеренгу	1 мин	Здравствуйте ребята! Нам сегодня принесли письмо, отгадайте загадку, и вы сможете узнать от кого письмо. Лечит маленьких детей, лечит птичек и зверей. Сквозь очки свои глядит, добрый доктор... (Айболит). Он просит вас отправиться в Африку, чтобы проведать его друзей, которым он помогал. Здоровы ли они, выполняют его советы? В письме он спрашивает, что надо делать, чтобы всегда быть здоровым? (гулять, делать зарядку, заниматься спортом, кушать полезную и здоровую пищу...). Не бойтесь трудностей? Тогда отправляемся. На чем можно быстрее всего добраться? (самолетом).
2. Координация речи с движением	2 раз	«Самолет» Обычная ходьба по залу. Мы летаем высоко - руки вверх Мы летаем низко полуприсяд руки вниз Мы летаем далеко – руки вперед Мы летаем близко – руки к груди Вот мы и прилетели в чудесную страну – Африку! Ра-Ра-Ра – в Африке жара

3.Чистоговорка	1 раз	<p>Ру-Ру-Ру – скачет кенгуру Ир-ир-ир – в речке крокодил Ры-ры-ры – летает много мошкары Руд-руд-руд – идет по пустыне верблюдо</p>
<p>4.Разновидности ходьбы -обычная</p> <p>-обычная, с изменением направления движения</p> <p>-на носках</p> <p>- в глубоком присяде</p> <p>- с высоким подниманием колена</p>	1,5 мин	<p>Ровным кругом друг за другом Мы идем за шагом шаг, Ну-ка дружно, ну-ка вместе, Сделаем вот так Эй, веселый наш народ! Отправляемся в поход Мостик в стороны качался, А под ним ручей смеялся. На носочках мы пойдём, На тот берег попадем! Под кустом пролезть не страшно, И под пальмой не опасно. Друг за другом успевайте, Только ветки не ломайте. Мы идем, идем, идем. Никогда не устает, Все преграды на пути, Сможем запросто пройти.</p>
<p>5.Бег в среднем темпе 6.Ходьба - быстрым шагом - обычным</p>	2 мин	<p>Ребята в Джунглях часто идут дожди, убегаем от дождя.</p>
<p>Перестроение через центр в движении II.часть Основная</p>	1 раз	<p>Через центр двойками – марш! (по ходу движения размыкаются).</p>
<p>7.ОРУ</p> <p>1. И.п. – ноги на ширине плеч, руки согнуть в локтях за головой. 1–соединить локти перед собой. 2-И.п. 3-4 то же самое</p>	8 раз	<p>«Слоненок»</p> <p>Ребята! Посмотрите какой слоненок. Он очень рад нас видеть и машет нам своими ушками. Давайте и мы с ним поздороваемся. (спинку держим прямо, смотреть вперед, не спешить, локти отводим назад, лопатки соединить)</p>
<p>2.И.п. – Узкая стойка, правая рука на поясе, левая внизу 1-наклон влево 2-И.п. (меняем положение рук) 3-наклон вправо 4- И.п.</p>	8 раз	<p>«Змейка на лиане»</p> <p>Ребята посмотрите, как змейка ползет по лиане, плавно, давайте и мы с вами попробуем, получится у нас?! (спина прямая, не спешим слушаем счет).</p>

<p>3.И.П. – ноги на ширине плеч, руки за спиной. 1- руки в стороны 2-наклон вперед 3-руки в стороны 4-И.п. 4. И.п – стоя на четвереньках, с опорой на ладони и колени. 1-прогнуться, сесть на ягодицы. 2-И.п. 3-4 то же самое</p>	<p>8 раз</p>	<p>«Бегемотики схватились за животики» А вот и бегемотики, которым доктор Айболит вылечил животики (наклон ниже, колени не сгибаем, не спешим слушаем счет).</p>
<p>5.И.п – О.с руки на пояс 1-присесть, руки вперед 2-И.п 3-4 то же самое</p>	<p>8 раз</p>	<p>«Тигренок» А вот в кустах притаился тигренок. Он умеет сердиться, но на самом деле он очень добрый. Покажите, как наш тигренок умеет пугать. (спинка круглая, не спешите, голову поднять посмотреть вперед). Какие забавные тигрята!</p>
<p>6.И.п – ноги вместе руки на поясе Прыжки (ноги вместе ноги врозь)</p>	<p>30-3 раза</p>	<p>«Леопард» Ребята, а это леопард, доктор Айболит научил его делать одно упражнения, чтобы он мог быстро бегать и далеко прыгать. Давайте вместе с ним выполним это упражнение (спинка прямая, пяточки отрываем от пола, колени разводим в стороны).</p> <p>«Веселые обезьянки» Ребята, а веселые обезьянки умеют прыгать легко (на носочках), покажите, а вы так умеете? (спинка прямая, смотреть вперед, голову не опускать)</p>
<p>8.Дыхательная гимнастика</p>	<p>1 раз</p>	<p>«Ветерок» Стало жарко и подул ветерок. Шумели ветра – И – И – И Песок шелестел – Ш – Ш - Ш Ночная пустыня стелила постель У-У-У И было пустыне всю ночь не до сна И-Ш-У</p>
<p>9. О.Д. 1. Ползание по гимнастической скамье на животе, подтягиваясь руками.</p>	<p>3 раза</p>	<p>Просьбу Айболита мы выполнили, всех зверей увидели. Пора отправляться домой, ребята на нашем пути река Лимпопо, на которой лечил Айболит зверей. Как мы можем перебраться через реку? (ответы детей). Верно, по мосту, но мост очень опасный, будьте осторожны. (ноги вместе, голову не опускать, подтягиваться двумя руками – хват с</p>

2. Ходьба по канату боком, приставным шагом (руки в сторону)	3 раза	боков). А это лианы, на нашем пути, которые переплелись. Мы и их преодолеем, только будьте внимательны и осторожны.
3. Прыжки с продвижением вперед по кочкам	3 раза	(спину держим прямо, смотреть вперед, руки в стороны, держим равновесие). Но это еще не все, ребята перед вами кочки, прыгайте осторожно с кочки на кочку, чтобы колючками не наколоть ножки (Спинку держим прямо, приземляемся на две ножки, не спешите).
10. П/и – «Автомобили»	2 раза	Молодцы ребята, вы все преодолели препятствия на своем пути. Вот перед нами осталась дорога в Аэропорт. На чем мы можем добраться? На машинах. Верно! На парковочные места проходите и поехали! Вот и Аэропорт, нас встречает командир воздушного судна. Куда вы отправляетесь на этот раз? В какую страну? В какой город?
12. Координация речи с движением	2 раза	«Самолет» Обычная ходьба по залу. Мы летаем высоко - руки вверх Мы летаем низко полуприсядь - руки вниз Мы летаем далеко – руки вперед Мы летаем близко – руки к груди Вот мы и дома (Ребята в какую страну мы прилетели, а город? А зачем мы с вами летали в Африку?). Подведение итогов путешествия.