**Сценарий нетрадиционного занятия по физической культуре для подготовительной группы**

**«По следам диких зверей»** (Тема недели: дикие животные)

Место проведения: спортивный зал

Время проведения: 9-40

**Подготовительная часть (5 мин.):** Дети заходят в спортивный зал и строятся на следах: у инструктора выпадает карта из кармана и он предлагает пойти по маршруту карты за ним, но перед этим нужно тепло одеться и подготовится к походу. (дети имитируют одевание теплых вещей).

*1. Ходьба: обычная, с изменением направления, широким свободным шагом, семенящим шагом.*

После ходьбы появляется **заяц.**

Инструктор предлагает детям распутать веревки и натянуть мост.

*2. Раздача скакалок, построение в 2 колонны.*

**Основная часть (21 мин):**

*1. Выполнение ОРУ.*

Нужно перепрыгнуть ущелье.

*2. Прыжки через короткую скакалку по подгруппам.*

*Для того чтобы наши легкие привыкли к горному воздуху, нам нужно выполнить дыхательную гимнастику.*

*3. Дыхательные упражнения «Шарики».*

Ребята, мы с вами справились с заданием и веревки больше не нужны и мы уберем их в корзину. Появляется **стая волков.**

*4. Сбор скакалок и перестроение в 2 шеренги.*

Впереди у нас ещё одно испытание, нам нужно переползти по мосту через реку с рюкзаком на спине. Но для этого необходимо срубить пару деревьев и построить мост (ставим гимнастические скамейки).

*5. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с ме­шочком на спине (главное не уронить мешочек).*

Вот мы и перешли реку и появляется **лиса,** после чего убираем бревна.

*6. Сбор инвентаря и оборудования.*

Ребята, а как мы дальше продолжим путь, ведь он завален камнями? (нам нужно его расчистить!)

*7. Построение в 2 колонны, передача мячей в парах (двумя руками из-за головы)*

Мы молодцы хорошо поработали и расчистили завал и появляется **ёж.**

*8. Сбор мячей, построение в колонну.*

**Заключительная часть (4 мин.):** Посмотрите на карте изображена берлога, а кто в ней живет? Появляется **семья медведей.**

*1. П.И. «Медведь» (галящего выбираем по считалке)*

Ну вот мы и пришли по карте в наш детский сад, можно раздеваться.

*2. Построение в колонну, проверка осанки.*

**Чтоб здоровым оставаться, нужно спортом заниматься!**

**План-конспект занятия по физической культуре**

**для подготовительной группы**

**«По следам диких зверей»**

**Цель занятия:** развивать ловкость и координацию движений.

**Задачи:**

-упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.

-укреплять опорно-двигательный аппарат, и способствовать формированию правильной осанки.

-воспитывать дисциплинированность, честность, положительное отношение к занятиям физической культурой.

**Оборудование:** скакалки (по количеству детей), гимнастическая скамья (4 шт.), мешочки для равновесия (по количеству детей), мячи, маска «Медведя».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части занятия | Содержание занятия | Продолжительность | Организационно-методические указания |
| Подготовительная 5 минут | 1. Построение в шеренгу, проверка осанки;  2. Ходьба:  -обычная;  - с изменением направления;  - широким свободным шагом;  -семенящим шагом.  3. Раздача скакалок, перестроение в две колонны. | 30 сек  30 сек  1 мин  1 мин  1 мин  1 мин | Спина прямая, смотрим вперед;  в колонне по одному;  по звуковому сигналу;  руки на поясе. |
| Основная 21 минут | 1. ОРУ со скакалкой:  1) И. п. — О. С., скакалка, сложенная вдвое, внизу  1- правую ногу отвести назад на носок, скакалка вверх  2- И. п.  3- левую ногу отвести назад на носок, скакалка вверх  4- И. п.  2) И. п. — ноги на ширине плеч, скакалка внизу  1- скакалка вверх  2- наклон вправо (влево)  3- выпрямиться, скакалка вверх  4- И. п.  3) И. п. сидя, ноги врозь, скакалка на грудь  1- скакалка вверх, руки прямые  2- наклон вперед, коснуться носков ног  3- выпря­миться, скакалка вверх  4- И. п.  4) И. п. стойка в упоре на коленях, скакалка вниз  1-3- сесть справа на бедро, скакалка вперед  4- И. п.  5) И. п. лежа на животе, скакалка в согнутых руках перед собой  1-2- прогнуться, руки выпрямить вперед-вверх  3-4- И. п.  6) И. п. основная стойка, руки свободно вдоль туловища, скакалка на полу (стоя правым боком к скакалке)  Прыжок с поворотом на 180" че­рез скакалку несколько раз подряд.  2. Основные виды движений:  1) прыжки через короткую скакалку, вращая её вперед;  1.1. Дыхательные упражнения  1.2. Сбор скакалок, перестроение в 2 шеренги;  2) Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с ме­шочком на спине;  2.1. Сбор инвентаря и оборудования, раздача мячей, перестроение в 2 колонны;  3) Передача мячей в парах:  Способ - двумя руками из-за головы.  3. Сбор мячей, перестроение в колонну. | 4 мин  6 раз  6 раз    6 раз  6раз  6 раз  6 раз  5 мин  30 сек  30 сек  4 мин  1 мин  4 мин  30 сек | Выполнять под счет;  Следить за техникой выполнения;  Руки прямые;  Организованно.  Ноги на ширине плеч.  Прыжки выполняются в произвольном темпе, в индивидуальном порядке (по подгруппам)  Соблюдение дистанции, смотреть вперед и при движении не уронить мешочек  Организованно.  Ноги на ширине плеч. |
| Заключительная  4 минут | 1. Подвижная игра «Медведь».  2. Построение в колонну, проверка осанки. | 3,5 мин  30 сек | Следить за проговариванием слов;  Пойманный ходит по обручу приставным шагом.  Организованный выход из спортивного зала. |