**Физкультурное занятие для старшей группы**

**по сказке «Колобок»**

Цель: развитие у детей двигательных навыков и освоение упражнений с мячом.

Задачи:

образовательные:

упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, не наталкиваться друг на друга, соблюдать дистанцию.

закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, сохранять устойчивое равновесие.

учить прыгать через набивные мячи.

упражнять пролезание под дугой в группировке, не задевая пол руками.

развивающие:

развивать координацию движения, ловкость.

воспитательные:

воспитывать трудолюбие и уважительное отношение к хлебу.

Материал. Мячи (по количеству детей, 2 дуги, набивные мячи, две гимнастические скамейки, мяч-колобок, аудиозапись.

Конспект непосредственной образовательной деятельности:

1-я часть.

Ребята, сейчас мы с вами отправимся в сказку, а в какую вы сами отгадайте. «Я по сусеку скребен,

По амбару метен,

На сметане мешон,

На окошке стужон». (Колобок)

Отправляясь в дорогу

Идем, идем по лесу

Через сучки, пеньки

На носочках не шумя

мы по мостику пройдем

лесную ягодку найдем.

Построение в шеренгу, проверка осанки, равнение. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на пояс, берут мячи и продолжают идти в колонне, дыхательные упражнения и строятся в две колонны.

2-я часть. Общеразвивающие упражнения с мячом.

1. Жили-были дед и баба на поляне у реки.

«дед и бабка» И. п. –сомкнутая стойка, мяч за спиной. 1-2 – наклон головы вправо; 2-и. п. ; 3-наклон головы в лево; 4- и. п. Повторить 8 раз.

2. И любили очень-очень на сметане колобки.

«Колобки» И. п. – то же в полуприседе: 1-2- передать мяч из руки в руку; 3-4 – и. п. Повторить 8 раз.

3. Хоть у бабки мало силы, бабка тесто замесила.

Инструктор: В кастрюле пахнет тесто:

Там тесту мало места.

Всю ночь оно не спит вздыхает и сопит,

И лезет из под крышки.

«Месим тесто» И. п. – широкая стойка, мяч на полу. Энергичное опускание рук, пальцы рук широко расставлены, имитация, вернуться в исходное положение Повторить 6 раз.

4. Ну а бабушкина внучка колобок катала в ручках.

«Бабушкина внучка» И. п. -стойка в упоре на коленях, мяч в правой руке. 1-4- прокатить мяч вокруг себя вправо, следя за ним и перехватывая его левой рукой; 5-8 – то же влево Повторить 6 раз.

5. Вышел ровный, вышел гладкий, не соленый и не сладкий.

«Где колобок? » И. п. –сед, ноги врозь мяч внизу.Положить мяч вправо – наклониться вперед, положить мяч влево – наклониться вперед. Повторить по 4 раза в каждую сторону.

6. Очень круглый, очень вкусный, даже есть его мне грустно.

«Круглый колобок» И. п. - лежа на спине, мяч в обеих руках за головой. 1-2 поднять вверх правую прямую ногу, коснуться мячом носка правой ноги. 3-4 вернуться в исходное положение. Тоже самое к левой ноге Повторить 4 раза.

7. Мышка серая бежала, колобочек увидела. Ой, как пахнет колобочек! Дайте мышке хоть кусочек. И. п. – основная стойка, мяч на полу. Бег три раза вокруг мяча в чередовании с ходьбой на месте.

3-я часть. Основные движения.

1. Колобочек побежал, по мостику поскакал.

С колобком забот немало, скачет, глупый, где попало.

«По мостику» - ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс, голову и спину держать прямо. (2-3раза)

2. Вот пришел он на полянку, зайка ждет там спозаранку.

В барабан он громко бьет, в чехарду играть зовет.

«Заячья чехарда» - прыжки на двух ногах через мячи. (2-3раза) (объяснение воспитателя) .

3. С колобком забот немало, не лежится на боку.

Может в лес он укатиться, может съесть его лисица.

«Прятки» - ползание под дугу прямо. (2-3раза) .

В конце занятия проводятся игры.

Подвижная игра «Хитрая лиса». Воспитатель незаметно для детей выбирает лису. Дети три раза зовут ее: «Хитрая лиса, ты где? ». Лиса прыгает в центр круга: «Я тут». Дети разбегаются, а лиса их ловит.

Спокойная игра «Найди колобок». «Кто по кругу пойдет, тот колобок найдет». Дети ищут спрятанный колобок. Воспитатель отмечает того, кто первый его нашел.

Вот мы с вами и вернулись из сказки. Спокойная ходьба, дыхательная гимнастика «Глубокий вход и выдох через нос».

Инструктор: Вот и сказке пришел конец, а кто участвовал в ней молодец.