

ЛЕСНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

Конспект открытого занятия по ритмике

Задачи:

- укреплять здоровье детей, развивать физические качества и умения;
- совершенствовать координацию движений, способствовать улучшению осанки;
- способствовать преодолению страха при выполнении упражнений с модулями;
- воспитывать эмоциональную отзывчивость дошкольников через приобщение к музыке.

Программные задачи:

- учить детей бросать мяч в цель правой рукой, способом от плеча на расстояние 1,5 м;
- продолжать учить детей ползать на четвереньках по модулям;
- продолжать учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд;
- продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей, формировать правильную осанку, выполнять движения быстро, ловко, красиво и легко;
- воспитывать справедливость, честность, быстроту реакции, внимательность, сообразительность в игре «Мишка-лежебока».

Одежда и обувь: шорты, белая футболка и балетки.

Инвентарь и оборудование: мягкий модуль «Туннель», снежки, сугроб, коробка, маска медведя, магнитофон, фонограммы.

Ход занятия

1. Вводно-подготовительная часть

Построение в шеренгу.

Педагог: Я приглашаю вас в зимний лес, где много сказок и чудес, там много интересного и много неизвестного.

Итак, нам нору нужно проползти, попрыгать, как зайчишка, ещё снежок нам нужно взять и бросить там, где мишка. Согласны вы со мной пойти?

Дети: Да.

Педагог: Ребята, вы не испугаетесь в пути?

Дети: Нет.

Педагог: Тогда, ребята, не зевайте и все команды выполняйте.

2. Подготовительная часть

Педагог:

Вот идут, шагая в ногу, друг за другом очень строго.

(Обычная ходьба в колонне по одному.)

Здесь тихонько мы пойдём, на носочки мы встаём.

(Ходьба на носочках, в чередовании с обычной ходьбой.)

Пенёчки встали на пути, нужно нам их обойти.

Выше ноги поднимайте, да смотрите не зевайте.

(Ходьба с высоким подниманием бедра, в чередовании с обычной ходьбой.)

Ой, смотрите — чуть дыша, бежит рыжая лиса.

(Бег на носочках.)

Нужно нам поторопиться, чтоб на полянке очутиться.

(Обычный бег, с переходом на обычную ходьбу.)

3. Основная часть

Перестроение в круг.

Педагог: Ребята, смотрите, бельчата делают зарядку, давайте вместе выполнять.

И.п.: ноги врозь.

1 — встать на носочки, руки через стороны вверх.

2 — и.п.

3–4 — то же самое.

Повторить 3–4 раза.

Педагог: Теперь, ребята, пора нам всем посмотреть по сторонам.

И.п. — ноги врозь, руки на пояс.

1 — поворот головы направо.

2 — и.п.

3–4 — то же влево.

Повторить 3–4 раза.

Педагог: Вот шишку вижу на сосне, попробуем достать.

И.п. — ноги врозь, руки на пояс.

1 — правая рука в сторону — вверх, потянуться за рукой.

2 — и.п.

3–4 — то же влево.

Повторить 3–4 раза.

Педагог: Теперь мы руки отряхнём и будем продолжать.

И.п. — ноги вместе, руки вперёд.

1–8 — скользящие хлопки.

Упражнение Тарелочки.

Повторить 3–4 раза.

Педагог: Пружинку выполним мы с вами.

И.п. — руки на поясе.

1 — полуприсед.

2 — и.п.

Повторить 5–6 раз.

Педагог: Теперь присядем, не спеша, и слепим мы снежок,

Тихонько встанем дружно мы и бросим вдаль его.

И.п. — ноги врозь.

1 — присед,

2 — имитация лепки снега.

3 — встать.

4 — имитация броска.

Повторить 3–4 раза.

Педагог: Теперь попрыгаем чуть-чуть.

Прыжки на двух ногах.

Педагог: Потопаем на месте.

Ходьба на месте.

Педагог: Мы просто с вами молодцы, всё выполнили вместе.

Восстановление дыхания. Перестроение в шеренгу.

Педагог: Ребята, нам нужно проползти через нору, затем будем прыгать, как зайчата, допрыгаем до края ковра, возьмём снежок и бросим его в цель.

Правила выполнения: правая рука — вперёд, снежок в правой руке, согнутой над головой, делаем замах и энергичным движением разгибаем руку, делаем бросок в цель. (Выполняем 3 раза.)

Педагог: С заданием справились вы здесь.

Вы молодцы, хвала и честь.

Ой, кто-то там под ёлкой есть, там мишка спит, ребята.

Давайте с ним мы поиграем, пусть нас догоняет.

Игра «Мишка-лежебока» повторяется 2–3 раза.

Обычная ходьба. Положить детей на пол.

4. Заключительная часть. Релаксация.

Педагог: Наш красивый зимний лес,
Полный сказок и чудес,
Тихо спит, пришла зима,
Все тропинки замела.

Белка спряталась в дупло,
Мишка спит уже давно,
Птички больше не поют,
Улетели все на юг.

Наступила тишина,
Всё уснуло до тепла.