

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 12»

**Конспект  
занятия по ОО «Физическое развитие».  
Тема: «Приключение бумажного листочка»  
(для детей подготовительной к школе группы)**

**Подготовила:  
инструктор по физкультуре  
Рожкова Е.Ю.**

**г. Богородск**

**Цель:** Повышать интерес детей к физкультурным занятиям, используя нестандартный предмет – лист бумаги.

**Задачи:**

- Формировать способность поддерживать динамическое и статическое равновесие, ориентироваться в пространстве.
- Развивать координацию движений рук и ног во время прыжков с продвижением вперед.
- Развивать глазомер и меткость во время подбрасывания и метания облегченного предмета.
- Развивать творческую, познавательную активность в процессе разрешения проблемных ситуаций;
- Развивать общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками.
- Формировать потребность к самостоятельным занятиям.

**Форма организации:** фронтальная, индивидуальная.

**Средства:** Интерактивная доска, видеоролики для организационного момента и для общеразвивающих упражнений, листы бумаги – по количеству детей, бумажные веера – по количеству детей, корзина для метания – 1 шт., обручи – 13 шт.

**Ход:**

### **Организационный момент (2 мин.)**

Дети заходят в зал, встают свободно.

**Инструктор:** Ребята, вы любите заниматься физкультурой с мячами, скакалками, обручами, гимнастическими палками. Сегодня я хочу предложить вам позаниматься физкультурой с необычным предметом.

*На экране появляется видео с бумажными листочками*

*Я — ветер, ветерок,  
Шлю в подарок вам листок.  
Постарайтесь угадать,  
Чем листочек может стать!*

*Инструктор раздает детям листы бумаги.*

## **1. Подготовительная часть (3-4 мин.)**

**Инструктор:** Ребята, хотите узнать какие приключения могут произойти с обыкновенным листом бумаги?

Ответы детей.

**Инструктор:** Тогда отправляемся в путь, а лист бумаги нужно взять двумя руками и держать его перед собой.

- Ходьба в колонне по одному.

- Ходьба с высоким подниманием колена, руки с листочком вытянуты вперед - стараться достать коленом до листа бумаги. Подскоки, задание то же.

- Ходьба на носках, руки с листочком поднять над головой (*«пошёл дождь и мы укрылись под крышей»*)

- Ходьба с листочком на голове, руки в стороны (*«подставили ладошки под капельки дождя»*)

- Легкий бег в колонне по одному, лист бумаги в правой руке, бег в рассыпную, по сигналу остановиться.

Дыхательное упражнение: «Подуй на листочек»: взять лист бумаги за верхние уголки и подуть на него, добиваясь колебательных движений.

## **2. Основная часть (20 мин.)**

Дети стоят в рассыпную, лист бумаги в правой руке.

*На экране появляется видео,  
на котором дети предлагают выполнить общеразвивающие упражнения:*

*Есть у всех ребят листы  
Хоть на вид они просты  
С ними весело играть  
Упражненья выполнять.*

### **Общеразвивающие упражнения:**

- 1) И.п.- о.с. Подняться на носки, руки через стороны вверх, перехватить листок в левую руку. Руки вниз через стороны. И.п.
- 2) И.п. – ноги врозь, руки в стороны. Поворот туловища в правую сторону, перехватить листок в левую руку. И.п.
- 3) И.п. – о.с. выпад правой ногой вперед, перехватить листок в левую руку. И.п.

- 4) И.П. – пятки вместе, носки врозь. Присесть, перехватить листок в левую руку над головой. И.п.
- 5) Прыжки: с зажатым листом между коленями на месте и с продвижением вперед-назад.
- 6) Дыхательное упражнение: «Легкий ветерок»: попытаться сдуть листок с ладошки.

### **Основные движения:**

**Инструктор:** Ребята, ветер подул сильнее, поднял наши листочки в воздух. Нам нужно их поймать.

- Дети подбрасывают листочки вверх и ловят их, не допуская падения на пол.

**Инструктор:** Ребята, как вы думаете, сможем ли мы забросить лист бумаги в корзину?

- Что можно сделать с листочком, чтобы попасть им в корзину?

Ответы детей. Правильными считаются ответы: «скомкать листочек», «сделать из него комок».

**Инструктор:** Какая интересная идея, сделать из бумаги комочек. Давайте сделаем это.

### **Пальчиковая гимнастика «Бумажные комочки»**

Все листочки мы помнем – *мнут листок в руках*

Все листочки мы потрем – *трут листок в руках*

Покатаем, покатаем – *катают шарик между ладонями*

А потом его сожмем – *крепко сжимают раскатанный лист пальцами.*

**Инструктор:** вот такой комочек бумаги легко подбросить вверх и поймать, забросить в корзину.

- Прыжки из обруча в обруч, подбрасывая комочек вверх.

- Метание комочка в корзину, стоящую на полу (горизонтальная цель) правой и левой рукой.

### **Варианты заданий:**

- прыжки из обруча в обруч, перекладывая комочек из одной руки в другую.

- Метание комочка в корзину, отвечая на вопрос инструктора (например, «назови ласково»)

**Инструктор:** Ребята, вам интересно узнать, как изменился наш листок, если мы его развернем? Только делайте это аккуратно, чтобы листочек не порвался.

Ответы детей.

**Инструктор:** Да, правильно, листочек стал мятным. Я предлагаю вам сложить все наши листочки на полу рядом. Посмотрите, получилась большая льдина. Теперь вы будете как моржи плавать в океане, но по сигналу, должны занять место на льдине, все вместе.

### **Подвижная игра: «На льдине»:**

Дети бегают в рассыпную, по сигналу занимают места на льдине.

#### **Вариант игры:**

- «льдина раскололась на несколько льдинок», поэтому дети занимают место каждый на своем листочке, встав на него двумя ногами, подняв руки вверх.
- «льдинки стали еще меньше», согнуть листочки пополам и после бега встают на листочки одной ногой, руки за спиной.
- «льдинки стали еще меньше», согнуть листочки еще раз пополам и после бега встают одной ногой на носочек, руки в стороны.

Дыхательное упражнение: «Подыши одной ноздрой».

### **3. Заключительная часть**

Пока дежурный собирает листочки в корзину, инструктор раздает детям вееры.

**Инструктор:** Жарко стало в зале, а как можно спастись от жары? Ответы детей.

#### **Играй малой подвижности: «Ветерок»**

Дети садятся по – турецки, закрывают глаза.

Инструктор предлагает помахать веером справа, потом слева, над головой, перед носом. Ветер меняет направление и помахать веером нужно над головой, перед носом, слева, потом справа. Ветер меняет направление несколько раз. Дети, не открывая глаз внимательно слушают в каком направлении дует ветер.

#### **Рефлексия.**

**Инструктор:** Мы избавились от жары с помощью вееров, а из чего они сделаны?

Ответы детей.

- Ребята замечательное занятие. Хочу спросить у вас: Чему мы сегодня с вами научились? Что узнали? Понравилось вам занятие? Что больше всего понравилось? Кому вы можете рассказать о том, как можно использовать обычные предметы необычным способом? Поделитесь новыми знаниями, играми со своими друзьями?

**Инструктор:** Спасибо, ребята. Занятие окончено. До свидания.

Построение в колонну, организованный уход из зала.

