

КОНСПЕКТ НОД
«ЛЕСНАЯ ЗВЕРОБИКА»
игровое занятие для детей средней группы

Разработала:
Инструктор по физической культуре
Гутникова Л.В.

Цель. Игра развивает творческое воображение ребенка, способствует освоению образных движений. Взрослый подбирает для каждого персонажа соответствующего содержания музыку, либо активизирует детей к выполнению движения под выразительное произнесение текста.

Игру можно проводить с любым количеством детей.

Ход игрового занятия.

Под звуки музыки дети гуляют по залу. Взрослый не спеша, произносит текст.

Добрый лес, старый лес!

Полон сказочных чудес!

Мы идем гулять сейчас

И зовем с собою вас!

Ждут нас на лесной опушке

Птички, бабочки, зверюшки,

Паучок на паутинке

И кузнечик на травинке!

Дети останавливаются. Под музыку или под текст стихотворения выполняют движения по кругу, по «тропинкам» леса, врассыпную.

Мышка, мышка,

Серое, пальтишко.

Мышка тихо идет,

В норку зернышко несет.

Мягкий, пружинный шаг, спина слегка прогнута вперед, «лапки» перец грудью.

А за мышкой шел медведь,

Да как начал он реветь:

«У-У! У-у!

Я вразвалочку иду

Ноги слегка расставлены, колени чуть согнуты, корпус прямой. Пружинный шаг на своей ступне. Руки перед грудью слегка согнуты в локтях, словно мишка держит бочонок с медом.

А веселые зайчата —

Длинноухие ребята —

Прыг да скок, прыг да скок,

Через поле за лесок.

Легкие прыжки, ноги мягко пружинят в коленях, руки перед грудью, кисти свободно опущены.

Шел по лесу серый волк,

Серый волк — зубами щелк!

Он крадется за кустами,

Грозно щелкает зубами!

Широкий пружинный шаг с чуть наклоненным вперед корпусом. Руки попеременно выносятся вперед.

Вот лягушка по дорожке

Скачет, вытянувши ножки.

По болоту скок-скок-скок,

Под мосток — и молчок.

Ноги ставятся на ширину плеч. Прыжки с продвижением вперед.

Дедушка ежок,

Не ходи на бережок

Там промочишь ножки,

Теплые сапожки!

Легкий неторопливый бег на носках.

Руки согнуты в локтях и прижаты к груди, голова опущена.

Ищут маму медвежата.

Толстопятые ребята.

Неуклюжие, смешные,

Все забавные такие.

Шаг на четвереньках, движение рук и ног поочередное

В воздухе над лужицей

Стрекозы быстро кружатся.

Взлетают и садятся,

На солнышке резвятся.

Легкий бег. Руки отведены в стороны и чуть опущены вниз. Бег чередуется с остановками

Вот ползет сороконожка
По тропинке на дорожку.
Спинка изгибается,
Ползет — переливается.

Движение из положения «сидя на полу». Руки согнуты в локтях, прижаты к телу, ноги соединены вместе.

Нес однажды муравей
Две травинки для дверей:
На полянке, под кустом,
Муравьишка строит дом,

Пружинный шаг, руки сложены «топориком» на правом плече.

Птички в гнездышках проснулись,
Улыбнулись, встрепенулись:

Чик-чирик, всем привет!

Мы летам выше всех!»

Легкий бег врассыпную; птички чистят крылышки; машут хвостиком (руки сзади, ладошками друг к другу), легко прыгают.

До свидания, старый лес,
Полный сказочных чудес!
По тропинкам мы гуляли,
На полянке поскакали,
Подружились мы с тобой,
Нам теперь пора домой.

Пояснение. Образные движения зверей могут быть несколько иными: ежик двигается дробным мелким шагом, руки, согнутые в локтях, работают в такт шагов; лягушка, кроме пружинных прыжков с ноги на ногу, прыгает из положения «вприсядку», когда, колена разведены, а руки опущены вниз между коленей. Под быструю музыку движения волка более динамичны, бег широкий» пружинный, корпус резко наклонен вперед.