

**МБДОУ «Детство»  
Рузаевского муниципального района**

**Конспект занятия по физической культуре  
в старшей группе  
с элементами экологической культуры  
*«Перелётные птицы»***

Авторская разработка:  
старший воспитатель  
Калякулина Н.И.

2023г.

**Цель занятия:** формирование правильной осанки и координации движений; совершенствование навыков физического развития: равновесия, ходьбы, бега, ползания.

**Задачи:**

1. Упражнять детей в ходьбе разными способами с заданием для рук.
2. Упражнять детей в беге с разным темпом на носках.
3. Упражнять детей в выполнении подскоков и прыжков на месте с одноимённым взмахом рук.
4. Формировать у детей правильную осанку при помощи игровых заданий.
5. Упражнять детей в соблюдении равновесия при перешагивании через степы.
6. Упражнять детей в передвижении по гимнастической скамейке лёжа на животе, подтягиваясь руками.
7. Закрепить навыки ползания на четвереньках по тоннелю.
8. Упражнять в подлезании в обруч боком приставным шагом.
8. Упражнять детей в правильном дыхании через нос через опытно – экспериментальную деятельность.
9. Продолжать выполнение упражнений, направленных на профилактику плоскостопия.
10. Закрепить знания и умения подвижной игры «Чибис и многоножки».
11. Закрепить знания и умения мордовской хороводной игры «Летели птички стаи»
12. Вызвать у детей радость от выполнения движений.

Оборудование и материалы: обручи 14 шт., степы 5 шт, гимнастическая скамейка 1 шт, тоннель, атрибуты «солнышко», «чибис» .

Дети входят в зал под мелодию к телепередаче «В мире животных»

(оркестр П.Мориа), встают в шеренгу.

На интерактивной доске изображение «Улетающих птиц»

Инструктор: Ребята, сегодня у нас на занятии присутствуют гости. Поздоровайтесь с ними.

Улетают птичьи стаи,  
Меньше света и тепла,  
Листья с клёнов облетают,  
Значит осень золотая  
В наш родимый край пришла!

Наступила осень и всё чаще можно наблюдать, как некоторые виды птиц собираются в стаи и улетают в тёплые края. Такие птицы, которые каждую осень перемещаются из мест, где они выют гнёзда и выводят птенцов, в область зимовок, а весной возвращаются обратно, называются перелётными. Давайте покажем, как красиво могут летать птицы.

### ➤ **Птицы летают**

Бег в медленном темпе. Дети выполняют задания по словесной команде педагога: бег врассыпную, в колонне по кругу, «змейкой», ходьба по диагонали, заверщающийся ходьбой, с заданием для рук. Руками дети выполняют плавные одновременные и однонаправленные, поочерёдные и разнонаправленные движения, импровизируя взмахи крыльев птиц.

(музыкальное сопровождение – мелодия к телепередаче «В мире животных»).

*По окончании музыки дети встают в круг .*

Инструктор: Ребята, как вы думаете, почему птицы улетают в тёплые страны?

(Ответы детей)

Инструктор: Ребята давайте проведём эксперимент с воздухом посмотрим как воздух может быть тёплым и холодным.

### ➤ **Экспериментально-практическая деятельность**

#### **«Горячо – холодно». Опыт №1**

Дети выполняют дыхательное упражнение.

И.п.: стоя ноги вместе, руки внизу.

1. Сделайте глубокий вдох через нос и медленный выдох через рот (рот «трубочкой») на вытянутые перед грудью руки. Воздух прохладный.

2. Сделайте глубокий вдох через нос и быстрый выдох через широко открытый рот, руки (ладони) поднести близко к лицу. Почувствовать, что выдыхаемый воздух тёплый.

*Вывод: воздух может быть тёплым и холодным.*

Инструктор: Сегодня мы с вами вспомним о некоторых перелётных птицах, узнаем о них интересные факты и, конечно же, поиграем.

Одними из первых улетают ласточки и возвращаются ласточки раньше других, про это даже есть песня (*показ ласточки на экране*).

Инструктор: Я предлагаю, вам ребята, выполнить комплекс общеразвивающих упражнений «Ласточка».

Команда на перестроение.

Перестроение в звенья для ОРУ «Ласточка»

(*слайд с изображением ласточки*)

### **Комплекс ОРУ «Ласточка»**

*Звучит мелодия песни «Ласточка». Дети выполняют под неё упражнения.*

#### **1. «Ласточка ищет друзей»**

И.п. – (о.с); 1- руки назад, ладони наружу с поворотом головы направо; 2- и.п.; 3- руки назад ладони наружу с поворотом головы налево 4-и.п.

#### **2. «Ласточка раскрывает крылья»**

И.п.- о.с., руки за спину-подъём на носки, руки выпрямить в стороны; 2- и.п. (усложнение – мах ногой в сторону, носок вытянут)

#### **3. «Ласточка в полёте ловит насекомых»**

И.п. – о.с., 1-2 – правую на носок вперёд, наклон, руки назад ладони наружу; 3-4 – и.п.; 5-8 – то же – другой ногой.

#### **4. «Полёт ласточки»**

И.п. – о.с.; 1-2 правую ногу назад, руки в стороны; 3-4 и.п.; 5-8 – то же – другой ногой.

#### **5. «Ласточка меняет направление»**

И.п. – ноги врозь, руки к плечам; 1-2 – поворот туловища вправо, руки в стороны; 3-4 – и.п.; 5-8- то же – в другую сторону.

### **6. «Ласточка отдыхает»**

И.п. – стойка на коленях, руки в стороны; 1-2 – сесть на пятки, наклон вперёд, руки назад, ладони наружу; 3-4 – и.п.

### **7. «Ласточка снова летит»**

И.п. – о.с.; 1-2 выпад правой ногой вперёд, руки в стороны; 3-4 – и.п.;

5-6- то же другой ногой.

### **8. «Ласточка взлетает высоко»**

И.п. – о.с.; подпрыгивать на двух ногах. выполняя плавные движения руками в стороны – вниз.

Инструктор: А сейчас ребята мы с вами проведём опыт, как настоящие учёные.

### **✓ Опыт №2 «Воздух не пахнет»**

**Дыхательное упражнение с природным материалом (шишками).**

*(слайд с изображением соснового леса на экране)*

Инструктор: Ребята давайте представим, что мы находимся в лесной лаборатории, но чтобы в неё войти, нужно отгадать загадку: «Он такой большой, что занимает весь мир. Он такой маленький, что залезет в любую щель».

Верно, это воздух. Ребята, понюхайте воздух. Сам воздух пахнет? (не пахнет). Как же получается, что мы его чувствуем? (предположения детей) Я предлагаю вам ребята вдохнуть « **Аромат Леса**» и почувствовать запах соснового леса.

Дети берут из корзины еловые (сосновые) шишки и вдыхают аромат(шишки пропитаны маслом ели, сосны или пихты)

**Давайте сделаем вывод:** *Воздух движется и доносит эти запахи до наших носов, хотя сам запаха не имеет. Для того, чтобы его увидеть надо его почувствовать. Мы смогли это сделать!*

## **Основные виды движений**

*(изображение на экране птиц)*

1. Ходьба с высоким подниманием колен руки на пояс, перешагивая через ступни.

«Птица с длинными ногами  
По болоту шагает, лягушат считает».

2.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, продвигаясь вперёд,

«Прилетела птичка, птичка-невеличка,  
Весело скакала, зёрнышки клевала».

3.Передвижение по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.

«Плывёт неторопливо лебедь белый,  
Воды прозрачной грудью рассекая гладь,  
И хочется нам быть такими же красивыми,  
И так же гордо голову держать!».

4.Ползание через тоннель на четвереньках.

Скворец поменьше, чем ворона,  
Зато побольше воробья-  
Он из скворечни как с балкона,  
Поёт не хуже соловья!

Способ организации поточный, темп средний, дозировка 3-4 раза.

5.Игровое упражнение «Лабиринт»

Журавушки – журавли  
Оторвались от земли.  
Крылья к небу вскинули,  
Милый край покинули,  
Закурлыкали вдали  
Журавушки – журавли!

Деление на две подгруппы. Пролететь в обруч боком приставным шагом.

Способ организации поточно – групповой, темп умеренный, дозировка 1 раз.

Инструктор: Ребята, вы справились со всеми заданиями, прошли лабиринт и пополни на полянку к чибису.

*(На экране соответствующие изображение)*

Чибис – тоже перелётная птица. Чибиса можно узнать не только по хохолку на голове, но и по характерному крику «чьи – вы, чьи – вы», который

сопровождается своеобразным шумом крыльев. Это весьма подвижные птицы. Они быстро и ловко бегают среди травы, останавливается на одной лапке, вытянув другую назад. В такой позе он осматривает всё вокруг и, если не находит ничего съедобного, делает следующую перебежку. Питается чибис улитками, червями и многоножками. (соответствующее изображение на экране)

### ✓ **Подвижная игра «Чибис и многоножки»**

Все дети, кроме одного ребёнка, который в игре исполняет роль чибиса, распределяются на подгруппы (от 3 до 5 ребят) и строятся в колонны, кладут руки друг другу на плечи или держат товарищей за пояс. По сигналу педагога дети начинают произносить слова и одновременно передвигаться по залу, стараясь идти в ногу. Ребёнок – «чибис», подражая птице, медленно бегают, периодически останавливается на одной ноге, другую вытягивая назад, и оглядывается по сторонам.

Как-то летом многоножки  
Разыгрались на дорожке:  
Всеми ножками шагают  
И друг друга обгоняют.  
Чибис это увидал,  
«Чьи – вы» он кричать не стал.  
Решил съесть их на обед:  
Раз – и многоножки нет.

С окончанием слов дети разбегаются, «чибис» их ловит. Участники, которых ловишка коснулся рукой, выбывают из игры. После того как «чибис» запятнает 4-5 человек, игра заканчивается.

Инструктор: Улетают от нас в тёплые страны и другие птицы.

В золотые осенние дни  
Собрались улетать журавли.  
С неба слышатся клики прощальные  
И курлыканья звуки печальные.

(Изображение на интерактивной доске улетающих птиц.)

### ✓ **Мордовская народная игра «Летели птичьи стаи»**

(малоподвижная)

Содержание и условия игры

*Девочка – солнце* располагается на «пригорке», опустив обруч на пол и прислонив его к ногам.

Перед началом игры *птицы* сбиваются в кучу и опускаются на корточки – «спят», приложив ладони к щеке.

Встаёт солнце. *Девочка* медленно поднимает обруч вверх.

Вслед за ней поднимает к небу руки и *вожак*. *Девочка-солнце* проходит с поднятым над головой солнцем вокруг стаи.

Вожаки кистями рук начинают производить частые движения – трепыхание крыльев во время взлёта вверх.

Стая просыпается, поднимается во весь рост, взмахами пробует силу своих крыльев, одновременно выстраиваясь в определённый косяк: за вожаком встают две птицы; за ними – три, потом – четыре и т.д. В каждой группе птицы кладут руки на плечи своих соседей. У крайних птиц одна рука остаётся свободной. Они машут ею во время «полёта».

Вожак ведёт стаю зигзагами. Заходя на пригорок стая нарушает прежний порядок построения и выстраивается в 2 цепочки летящих птиц. Руки у всех скрещены перед грудью, свободные кисти рук имитируют взмахи крыльев.

Двигаясь вперёд, птицы проходят мимо встречной стаи, при этом птицы нежно прикасаются ладонями друг с другом. (ходьба парами через центр парами)

Птицы образуют два малых круга, *девочка – солнце* обходит стаю, наступает ночь – птицы засыпают (салятся на корточки).

Итог занятия.

Скоро белые метели

Снег поднимут от земли.

Улетают, улетели,

Улетели журавли.

Уход детей в группу.