

## **Конспект физкультурного досуга в младших классах «Подвижные игры».**

**Цель:** укреплять физическое здоровье детей, установка на здоровый образ жизни.

### **Задачи:**

совершенствование навыков быстроты, ловкости, воспитание организованности, дисциплинированности, внимания;

развитие интереса к подвижным играм;

формирование двигательной самостоятельности, развитие ловкости, закрепление умения правильно выполнять физические упражнения

**Образовательные:** упражнять детей в беге в рассыпную, с увертыванием, в ловле, упражнять в прыжках с высоты, мягко приземляясь на полусогнутые ноги.

**Развивающие:** развивать у детей ловкость, внимание, быстроту реакции.

**Воспитательные:** воспитывать двигательную самостоятельность, создавать положительный эмоциональный настрой.

### **Коммуникативные:**

- умение договариваться, находить общее решение;
- умение аргументировать свое предложение, убеждать и уступать;
- способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу
- взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания.

**Оборудование:** маска лисы, обруч, скамейка, скакалка, шаблоны ладошек (зеленый, желтый, красный).

### **Организационная часть.**

1. Добрый вечер ребята! Наш воспитательский час мы проведем сегодня в спортзале. Выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!». (Проверить выполнение основной стойки: пятки вместе, носки врозь, пальцы сжаты в кулак, руки прижаты к бедрам).

**2. Ходьба с заданием** в обход по залу:

- на носках, руки вверх;
- на пятках, руки за головой;
- на внутренней стороне стопы, руки за головой;
- на внешней стороне стопы, руки на поясе;
- в полуприседе, руки на коленях;
- обычная ходьба

### **1. Вспоминаем физминутку.**

Мы топаем ногами топ, топ, топ.

Мы хлопаем руками хлоп, хлоп, хлоп.

Киваем головой, 1,2,3

Мы хлопаем руками хлоп, хлоп, хлоп  
Мы руки поднимаем, мы руки опускаем,  
Мы руки разведем и крутимся потом,  
И побежим кругом (На месте).

**Воспитатель:** Ребята, сегодня на нашем занятии мы будем с вами играть в подвижные игры. А в какие подвижные игры вы играете с друзьями?

- Для чего нам нужны подвижные игры? (быть ловкими, смелыми, находчивыми т..д..)

**Воспитатель:** сейчас мы с вами проведем разминку, я хочу проверить какие вы внимательные. Поиграем в игру «Съедобное - несъедобное». Если это съедобное то вы должны присесть, а если несъедобное, то поднимать руки вверх.

(Конфета, ботинок, арбуз, поганка, стол, арбуз, торт, кенгуру, утюг. карандаш, акварельные краски, огурец, рубашка, блины, самолет, пирожное)

**Воспитатель:** Молодцы, ребята, очень вы внимательные.

-Внимание! Внимание! Прежде чем игру начать надо нам ведущего отыскать, а как?

-А для этого у нас есть считалочки, которые использовали наши предки, да и вы наверняка знаете.

Считалки: (Читают по очереди дети)

### **Вика**

**1. Дора, дора, помидора, мы в саду поймали вора, стали думать и гадать, как бы вора наказать?**

**Мы связали руки ноги и пустили по дороге**

**Вор шёл, шёл, и корзиночку нашёл.**

**В этой маленькой корзинке есть помада и духи, лента кружева, ботинки, что угодно для души.**

### **2. Альбина**

Луноход, луноход,

По луне идет вперед.

Долго там ему ходить.

А сейчас тебе водить!

### **3. Ксюша**

Мак-мак, василек,

Водит желтенький цветок.

Раз, два, три -

Водишь с ним и ты!

### **4. Вася**

Мы весёлые ребята,  
Любим бегать и скакать,  
Раз, два, три, четыре, пять -  
Ты, попробуй нас догнать.

5. Сидел король на лавочке,  
Считал свои булабочки:  
Раз - два - три,  
Королевой будешь ты!

6. Черепаха хвост поджала  
И за зайцем побежала,  
Оказалась впереди,  
Кто не верит – выходи!

-Я тоже, ребята, знаю считалку, послушайте:

**На золотом крыльце сидели**

**Царь, царевич, король, королевич.**

**Сапожник, портной, кто ты, будешь такой.**

Воспитатель: - Вот такие считалки используются, чтобы выбрать ведущего в игре.

-Давайте встанем в одну линию и поиграем в игру «Хвост и голова». У змеи есть голова и хвост. Змея пытается укусить себя за хвост, для этого нам нужно выбрать двух ведущих «голову» и «хвост».

Все играющие становятся в линию один за другим. Каждый кладет руки на плечи игрока, стоящего перед ним. «Голова» становится в начале колонны, а «хвост» — в конце.

**«Голова» громко декламирует:**

Ах, как весело мне что-то,

Вот бы кости поразмять.

Поиграть сейчас охота,

Может хвост мне свой поймать?

**«Хвост» громко отвечает:**

Что ты вздумал, Чудо-Юдо?

Коль меня ты отгрызешь,

Никуда уже отсюда

Никогда не уползешь!

«Голова» начинает охотиться за «хвостом», который должен все время увертываться от нее. Пойманный «хвост» должен заплатить фант, а после выполнения задания может сам стать «головой».

**Воспитатель:** Понравилась вам эта игра?

- А сейчас поиграем еще в одну игру, а как она называется, вы должны угадать, отгадав загадку:

хвост пушистый, мех золотистый

В лесу живет, кур в деревне крадет. (**Лиса**)

Отгадайте, кто это. А где живет лиса? А зачем она в деревню пришла?

Поймать курочек. А чтобы лиса курочек не поймала, им нужно куда спрятаться? Правильно в курятник. А как вы понимаете слово «**курятник**»?

- А как вы думаете, курочкам сложно убежать от лисы.

А хотите, мы с вами превратимся в курочек и лису.

**Игра так и называется «Лиса в курятнике».**

**Правила:**

1. По сигналу «Лиса» дети убегают и прячутся в «курятник».

2. Ловить осторожно – касаясь рукой.

считалка для выбора водящего (Лисы).

**Объяснение правил игры:**

Скамейка это курятник, где живут куры, а обруч – это нора, где живет лиса.

Все остальное место двор. Лиса сидит в норе, а куры ходят и бегают по двору, кудахчут, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры

убегают, прячутся в курятник – взлетают на насест, а лиса старается поймать курицу. Пойманную курицу лиса уводит в свою нору. Как только лиса

поймает 2 курочек, лисой становится другой.

Для проведения игры нужно помнить правила поведения:

Друг друга не толкаем.

Взбираемся на скамейку осторожно.

Спрыгиваем на двух ногах и приземляемся на полусогнутые ноги. Курочки приседают и клюют зернышки.

**Подведение итогов:** Ребята, вам понравилась игра?

Всем лисам удалось поймать курочек?

Лиса — проворная, ловкая. Быстро курочек поймала.

Курочка – молодец! Ни разу не попала в лапы лисы.

Ребята, вы молодцы, быстро и ловко убежали от лисиц поиграем в эту игру на улице?

Я очень рада, что игра вам понравилась.

Наша следующая игра называется «Рыбак и рыбки», в эту игру мы с вами много раз играли. Давайте вспомним правила этой игры.

(Нужно выбрать «рыбака». Он встает в центр круга, берет в руки «невод»

(верёвка или скакалка), раскручивается вокруг себя и пытается «поймать рыбку». Рыбки стоят по кругу и при приближении «невода» подпрыгивают.

Те, кого «поймали» выходят из игры.

Самая ловкая «рыбка» становится «рыбаком».)

И в заключение, ребята, мы поиграем в игру на внимание «**Цветные сигналы**». Я приготовила **три разноцветные ладошки**.

Когда я поднимаю **зеленую** ладонь, можно бегать, кричать, сильно шуметь;

**желтая** ладонь означает, что можно тихо передвигаться и шептаться;

на сигнал **красной** ладони вы должны замереть на месте, молчать и не шевелиться.

Заканчивать игру следует красной ладонью.

Ребята, а что вам напоминают правила игры и разноцветные ладошки.

- Молодцы, ребята, самыми внимательными были...

### **Подведение итогов занятия, рефлексия.**

На этом наше занятие подошло к концу.

Кому понравилось играть?

В какие игры мы сегодня играли?

Какая игра понравилась больше всего? Почему?

Что вызвало затруднения?

Для чего надо выполнять правила игры?

## **Самоанализ открытого физкультурного досуга в младших классах «Подвижные игры».**

Воспитательское занятие было проведено с учащимися 4, 3 и 2 классов 09.02.2017 г. воспитателем Измайловой М.Н. в спортивном зале.

**Цель:** укреплять физическое здоровье детей, установка на здоровый образ жизни.

### **Задачи:**

**Образовательные:** упражнять детей в беге в рассыпную, с увертыванием, в ловле, упражнять в прыжках с высоты, мягко приземляясь на полусогнутые ноги.

**Развивающие:** развивать у детей ловкость, внимание, быстроту реакции.

**Воспитательные:** воспитывать двигательную самостоятельность, создавать положительный эмоциональный настрой.

### **Коммуникативные:**

- умение договариваться, находить общее решение;
- умение аргументировать свое предложение, убеждать и уступать;
- способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу
- взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания.

О том, что “ В здоровом теле – здоровый дух” – говорил ещё знаменитый английский философ Джон Локк. Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Оно необходимое условие для гармоничного развития личности, пропаганде здорового образа жизни младших школьников и она дает возможность каждому обучающемуся реально проявлять и реализовывать свои творческие способности.

Мною был продуман подход к санитарно-гигиеническим условиям занятия: спортивный зал чист, проветрен, учащиеся в спортивной форме, все в белых футболках. Инвентарь подготовлен заранее и расположен в специальном отведенном месте.

Занятие соответствовало программному материалу для обучающихся начальных классов, учитывались индивидуальные особенности учащихся. Для учеников данного возраста дифференцировала задачи, содержание.

Орг. момент начала с построения в одну шеренгу, проверялось выполнение основной стойки. Разминку провела в движение по кругу, обращала внимание на осанку и правильное выполнение упражнений, задания данного этапа помогли адаптировать опорно-двигательный аппарат к выполнению заданий основной части занятия, затем озвучила тему и цель урока.

Игра «Съедобное, несъедобное» было проведено с целью выявления самых внимательных детей, способствовало развитию внимания и координации движений и слуха.

Ребята поочередно рассказывали считалки для проведения подвижных игр, что способствовало развитию речи.

На занятие были разучены две новые подвижные игры «Хвост и голова» и «Лиса в курятнике». Детям напоминала правила поведения в игре, подводила итоги. Следующая игра «Рыбак и рыбки» была знакома ребятам, она была менее подвижна. На рефлексивно-оценочном этапе занятия мною была проведена малоподвижная игра «Цветные сигналы» с заданиями. Целью, которой является снятие воздействия повышенной физической нагрузки и уменьшение тревожности у учащихся.

Для решения поставленных задач, связанных с формированием у учащихся правильной осанки, сохранением и укреплением здоровья, развитием координационных способностей, я применила игровой и соревновательный методы, которые способствовали физическому развитию и эмоциональной разгрузке учащихся, увеличивали интерес и желание заниматься физической культурой, формировали желание применять полученные компетенции в обычной жизни.

Важным моментом заключительной части занятия являлось подведение итогов, мною было отмечено, как ребята в целом и отдельные учащиеся справились с заданиями, дифференцированно оценила их деятельность. Целью проведенного занятия является повышение физической и умственной активности учащихся, улучшение их физической подготовленности, приобщение к здоровому образу жизни и плавный переход к самостоятельным занятиям физической культурой.

В целом занятие проходило на хорошем организационном уровне. В ходе всего занятия занимала такое место, чтобы держать в поле зрения всех учеников класса.

Учащиеся были организованы, активны, дисциплинированы, умели управлять эмоциями при общении со сверстниками. Весь подобранный и преподнесенный материал отвечает целям и задачам занятия.

Все применяемые педагогические приемы, формы, методы создали ситуацию успеха, обогатили опыт учащихся. На протяжении всего занятия чувствуется проявление толерантности и доверия.

**Вывод:** сохранение и укрепление здоровья школьников, пропаганда здорового образа жизни, содействие утверждению в жизни школьников идей добра и красоты, физического духовного совершенства - это главная цель в нашей работе.

Воспитатель: Измайлова М.Н.