**Конспект физкультурного занятия для детей средней группы**

«Грачи прилетели!»

**Задачи:**

*Оздоровительные:*

1. Укреплять мышцы ног, стоп и плечевого пояса.

*Образовательные:*

1. закрепить представление об изменениях в мире природы и птиц с приходом весны;
2. продолжать формировать представления о жизни и повадках птиц;
3. продолжать обучать прыжкам, добиваясь координации движений;
4. закрепить навык ползания по скамейке на животе, подтягиваясь руками.

Оборудование: обручи – 6 шт; гимнастические скамейки – 2 шт, палочки – на каждого ребенка.

**Вводная часть**

***Инструктор:*** - Дети, каждый день в природе происходит что-то новое, неповторимое, особенно весной!

Всех прилетных птиц черней,

Чистит пашню от червей,

Взад-вперед по пашне вскачь,

А зовется птица… (грач).

*- Построение полукругом.*

Вы хотите узнать, чем грачи весной занимаются?

*- Перестроение в колонну.*

Инструктор: Грачи, - птицы важные, шагают по вспаханной земле гордо!

*- Ходьба в колонне по одному.*

Шагаем, как грачи, важно, гордо! Голову и спину держим прямо, смотрим вперед!

*- Ходьба с высоким подниманием колен.*

Инструктор: - Трудно шагать по вскопанной земле!

*- Ходьба врассыпную.*

Грачи гуляют по всей пашне, ищут червячков.

*- Ходьба в колонне.*

Гуляем, как грачи, по разным дорожкам!

- На сигнал «Грач!» встаем в колонну за ведущим. На сигнал «Грачи!» гуляем по поляне.

*- Бег в колонне.*

Инструктор: Грачи красиво летают!

*- Бег в колонне чередовать с бегом врассыпную.*

Покажите красивый, легкий бег! Близко не подбегаем, сохраняем расстояние!

На сигнал «Разлетелись!» - бегаем в разных направлениях. На сигнал «В колонну!» - бег за ведущим.

*- Ходьба спокойная с восстановлением дыхания.*

Шагаем спокойно, восстанавливаем дыхание!

*- Перестроение в две колонны.*

**Основная часть**

Инструктор: - Грач – птица ловкая, быстрая, выносливая, и люди стараются быть такими же. И мы сейчас с вами выполним разминку.

Общеразвивающие упражнения без предметов под музыку

1. «Сильные руки»

*Исходное положение – основная стойка, руки в стороны.*

*1 – руки к плечам; 2 – исходное положение;*

2. «Мы гибкие!»

*Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки за спину.*

*1, 2 – наклон вниз; 3, 4 – в исходное положение.*

3. «Сильные ноги»

*Исходное положение – сидя на пятках, руки на поясе.*

*1, 2 – встать на колени; 3, 4 – исходное положение.*

4. «Мы - ловкие!»

*исходное положение – сидя, руки в упоре сзади.*

*1, 2 – согнуть ноги в коленях, обхватить руками, коснуться головой колен;*

*3, 4 – в исходное положение.*

5. «Мы - быстрые!»

*исходное положение – основная стойка, руки на поясе.*

*Прыжки чередуются с ходьбой.*

**Основные движения**

Инструктор: Грачи очень быстро и ловко прыгают на двух лапках по пашне. А мы у них будет учиться прыгать также легко и ловко. А поможет нам в этом обруч.

*- Прыжки из обруча в обруч.*

Инструктор: Каждую весну грачи строят гнезда. Поможем грачам построить гнезда из веточек – палочек.

*- Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.*

Игровое задание «Построй гнездо!».

Стараемся быстро проползти по скамейке на животе, подтягиваясь руками, сойти с нее, взять веточку-палочку и положить в гнездо.

Подвижная игра «Перелет птиц»

На сигнал «Грачи летают!» - бег по всему залу. На сигнал «буря!» грачи прячутся на деревьях. На сигнал «Буря прекратилась!» бег врассыпную.

**Заключительная часть**

***Рефлексия***

Инструктор: - Молодцы! захотели узнать, чем грачи весной занимаются – и узнали! А стали ли вы такими же ловкими и быстрыми, как грачи! А что будет, если грачи не будут строить гнезда и выводить птенцов? – ответы детей.

Инструктор: Да, птицы - наши друзья! Будем беречь их!