**Конспект занятия по физической культуре в средней группе**

**«Цирковое приключение»**

**Цель:**

**Задачи:** продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному; закреплять умения подбрасывать мяч вверх одной рукой и ловить его двумя руками; формировать навыки правильной осанки, развивая опорно-двигательный аппарат; воспитывать у детей умение проявлять решительность, уверенность в своих силах.

**Оборудование:**

**Ход занятия**

Детей встречает клоунесса Ириска.

Дети строятся в шеренгу на отмеченной линии.

***Ириска:*** Здравствуйте, ребятишки, девчонки и мальчишки! А вы меня узнали? А я вас, к сожалению, не знаю, давайте познакомимся. Я буду кидать вам мяч, а вы будете его ловить и называть своё имя. Договорились.

***«Мячик я тебе бросаю, имя я твоё узнать желаю».***

***И:*** Ну, что познакомились, пора нам повеселиться. А где можно весело провести время? Конечно в цирке. Дети, а вы хотите попрыгать, побегать и повеселиться? Тогда отправляемся в цирк! Покажите ваши ручки, прижмите их к ножкам, встаньте прямо, плечики расправьте, животики втяните. Направо, налево (повороты на месте). На месте шагом марш! (перестроение на месте). По залу шагом марш!

**Вводная часть**

Дети под цирковой марш идут друг за другом (ходьба в колонне по одному). Затем идут «Гимнасты» (руки вверх, на носках); ???(на пятках, руки за спину); «Карлики и великаны» (ходьба мелким и широким шагом); «Кругом». «Бегут собачки» (бег в колонне по одному); «Цирковые лошадки» (бег с высоким подниманием колена). Переход на ходьбу, восстановление дыхания. При ходьбе дети берут в руки мячи красные и зелёные и перестраиваются в два звена по цвету мяча.

И: Какими должны быть артисты цирка? (сильными, ловкими, смелыми и т.д.). Нам нужно провести разминку, чтобы стать настоящими артистами цирка.

***Раз, два, три, четыре, пять,***

***Только, чур, не прозевать.***

***То, что клоун вам покажет,***

***Надо дружно выполнять!***

**Общеразвивающие упражнения с малыми мячами:**

1. И.П.: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Руки поднять вверх, переложить мяч в левую руку. То же в правую сторону.

2. И.П.: то же. Наклон вперёд, переложить мяч под правой ногой в левую руку. То же в левую сторону.

3. И.П.: стоя на коленях, мяч в правой руке. Поворот влево, переложить мяч в левую руку. Тоже вправо.

4. И.П.: сидя, ноги врозь, мяч в обеих руках у груди. Наклон вперёд, положить мяч между ног, выпрямиться руки на пояс. Наклон, забрать мяч.

5. Мяч на полу. Прыжки вокруг мяча в разные стороны с чередованием ходьбой.

**Дыхательная гимнастика «Петушки»** (руки внизу, вдох – руки поднимаются до уровня груди, на выдохе произносим «Ку-ка-ре-ку!»).

**Профилактика плоскосто**пия (покатать ноги по мячу правую и левую).

И: А теперь ребята разбегитесь кто куда. Проводиться игра «Замри, отомри». Дети встают врассыпную.

**Основные движения. «Жонглёры»**

Упражнения с мячом подбрасывают мяч вверх одной рукой и ловят двумя (правой и левой рукой). Бросают мяч об пол одной рукой и ловят двумя (правой и левой). Метание в горизонтальную цель с 2м высота 1,5м.

***И:*** Дети, а кто в цирке дрессирует животных? Правильно! Вот и мы сейчас будем дрессировать собачек.

**П/и Дрессированные собачки»** (дети под музыку двигаются по залу, после окончания музыки собачка должна пролаять, сколько раз она пролаяла, нужно образовать круг из такого же количества детей).

***И:*** У меня есть ещё ёжики, может их попробуем чему-нибудь научить?

**Самомассаж «Ёжики».**

***И:*** Вам понравилось наше цирковое приключение. А что вам больше всего понравилось? Что же у вас получилось? А что не получилось? У меня есть волшебный сундучок в нём у меня волшебные звёздочки, выберите звёздочку, которая характеризует ваше настроение и отношение к сегодняшнему занятию!? Вы сегодня были настоящими звёздами цирка и пусть эти звёздочки напоминают вам о нашем приключении. Нам пора возвращаться в детский сад. Ходьба в колонне по одному, построение в шеренгу. Занятие окончено. Спасибо всем за занятия. Я с вами прощаюсь. До свидания!