Конспект физкультурного занятия с детьми 3-4 лет

«Артистом цирка стать хочу, пусть меня научат»

/ в домашних условиях/

Поинтересоваться у ребенка любит ли он цирк. Пусть назовет

артистов цирка. Предложить поиграть в веселый цирк, но для этого

надо многому научиться…

**Вводная часть:** (3-5 мин.) По дороге к цирку: ходьба мелким шагом

(маленькие ноги идут по дороге). Ходьба широким шагом (большие

ноги идут по дороге). Ходьба топающим шагом «Быстрые ноги топают

по дороге».

**Основная часть:** (8-10мин.). Это арена цирка (из бельевой веревки

или шнура выложить круг). Общеразвивающие упражнения:

1. «Цирк зажигает огни» - и.п. – ноги врозь, руки внизу. Перешагнуть

через шнур вперед, поднять руки вверх, помахать. Повторить 3-4 раза. 2. «Гимнасты»- и.п.- ноги врозь, руки внизу. Руки вперед, вверх, в стороны, вниз. 4 р.

3. «Веселые собачки» - и.п. – стоя на коленях, руки согнуты у груди. Повернуться, руки вытянуть вперед. То же в другую сторону. Повторить 4-5 раз.

4. «Воздушные гимнасты» - и.п. сидя в упоре, руки назад на шнуре. Поднять одну прямую ногу, принять и.п. Повторить по 4-5 раз.

5. «Аплодисменты» - прыжки с хлопками. 10-15 подпрыгиваний.

6. Поднять руки вверх «вдох», опустить «выдох». Повторить 4-5 раз

**Основные виды движений:**

1.Выложить из шнура узкую дорожку(ширина 20см).

Выступление воздушных гимнастов – ходьба по дорожке,

руки в стороны (спина прямая, голову не опускать).

2. Выступление дрессированных зверей –

ползание по дорожке с опорой на ладони и

колени (на дорожку поставить стул, чтобы

ребенок проползал под ножками стула).

3.Выступление акробатов – Прыжок вверх,

стараться коснуться предмета головой (взрослый держит

предмет над головой ребенка на уровне поднятых его рук вверх).

**Подвижные игры и игровые упражнения:**

1.Выступление дрессированной змеи – и.п. лежа на животе руки

согнуты, ладони на полу. Медленно поднимать голову вверх,

выпрямляя руки, при этом живот не отрывать от пола – произнести

Ш-Ш-Ш. Также медленно принять и.п.

*2. Подвижная игра* «Ловля обезьянки». Из цирка убежала обезьянка,

она прыгает, веселиться, поднимает руки, ноги. Но как только увидит

работника цирка с веревкой, то запрыгивает на любой большой

предмет (диван, кресло, стул и т.д.) и замирает, не шевелится.

**Заключительная часть:** Подвижная игра «Найди игрушку».

Взрослый заранее показывает, какую игрушку будет прятать, за

определенное время ее нужно найти. Затем взрослый и ребенок

меняются ролями.