Занятие по физической культуре в подготовительной группе

Задачи. Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.
I часть. Ребенок марширует.На сигнал родителя «Ров справа!» выполняет поворот направо и прыгает вперед. Если прыгнул в другую сторону или не успел выполнить команду, считается упавшим в реку. Ему родитель помогает выбраться, подавая руку.

II часть. Игровые упражнения
Игровые упражнения с мячом «Передача мяча в колонне» (передача мяча двумя руками назад, здесь придется пригласить всех детей семьи, если такой возможности нет, то ребенок передает несколько раз родителю); все стоят в одном шаге друг от друга. Передают мяч двумя руками назад. Повторить 2-3 раза.

Подвижная игра «Лягушки в болоте» (Приглашаем поиграть всю семью по возможности. Лучше если это будет проходить во дворе вашего дома).

Цель: Развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость. Упражнять в прыжках в высоту с места.

Содержание: С двух сторон очерчивают берега, в середине — болото. На одном из берегов находится журавль (за чертой), лягушки располагаются на кочках (кружки на расстоянии 50 см) и говорят: Вот с намокнувшей гнилушки, в воду прыгают лягушки. Стали квакать из воды: ква-ке-ке, ква-ке-ке, будет дождик на реке. С окончанием слов лягушки прыгают с кочки в болото. Журавль ловит тех лягушек, которые находятся на кочке. Пойманная лягушка идет в гнездо журавля. После того, как журавль поймает несколько лягушек, выбирают нового журавля.

III часть. Игра малой подвижности «Великаны и гномы».(Можно играть всей семьей. Будет весело!)

Водящий (чаще всего взрослый) объясняет ребятам, что он может произносить только слова «**великаны**» и «**гномы**». При слове «великаны», все должны подняться на носки и поднять руки. А при слове «гномы», все должны присесть пониже. Тот, кто ошибается — выбывает из игры.

Конечно, водящий хочет добиться, чтобы игроки ошибались. Для этого он вначале произносит слова «**великаны!**» громко и басом, а «**гномы**» — тихим писклявым шёпотом. А потом, в какой-то момент — наоборот. Или произнося «**великаны**», водящий приседает, а говоря «**гномы**» — поднимается на носочки.