Отдел образования администрации Комсомольского района Чувашской Республики

Муниципальное автономное образовательное учреждение «Токаевская СОШ»

**Конспект открытого занятия по физической культуре в подготовительной группе "Веселое путешествие в зоопарк"**

Провела:

инструктор по физической культуре Камальдинова Н.З

2023г

Цель: учить правильно прыгать на двух ногах; развивать ловкость, укрепление и сохранение здоровья детей через физкультурное занятие.

Задачи:

Оздоровительные:

- развивать крупную и мелкую мускулатуру рук, ног, туловища

- укреплять мышцы рук и плечевого пояса, ног и свода стопы

Образовательные:

- закреплять навыки в подбрасывании мяча двумя руками вверх и ловля его, в

скольжении по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, в прыжках на двух ногах

Воспитательные:

- воспитывать активность, самостоятельность, создать условия для развития у

детей двигательного творчества, дружеские взаимоотношения

-формировать желание оказывать посильную помощь в расстановке и уборке спортивного инвентаря к занятиям физической культуре

-создавать условия для развития у детей положительного эмоционального состояния.

Методы и методические приемы: показ, упражнения, объяснение,

индивидуальная работа, анализ.

Оборудование: 2 скамейки, корзина с мячами, гимнастические палки, канат.

Ход занятия.

Построение в шеренгу по одному

Инструктор: Плечи расправили, руки вдоль туловища. Группа

равняйсь, смирно! Здравствуйте!

Дети: Здравствуйте!

Инструктор: Ребята, послушайте, пожалуйста, загадки.

**1**.Зверь смешной в огромной клетке  
С ветки прыгает на ветку.  
Ест бананы, сладости  
К общей детской радости.

(Обезьяна)

**2**.Сумку носит впереди,

Хвост длиннющий позади.

Ловко скачет по двору

Длинноногий… (кенгуру).

**3**.В жаркой Африке гуляет,

Длинной шеей удивляет,

Сам высокий, будто шкаф,

Жёлтый, в пятнышках...(жираф)

**4**.Как большая кошка он,

Грациозен и умен,

Но не любит разных игр,

Полосатый грозный...(тигр)

-Ребята, как называется место, где можно увидеть этих животных в одно время?

Дети: В зоопарке!

Инструктор: Вы хотите в зоопарк? Отправляемся.

-Группа равняйсь, смирно! Направо (раз, два). Шагом марш.

Ребята, следим за осанкой (спинку выпрямили, подбородки подняли, смотрим в затылок друг другу, близко не подходим).

Ходьба на носках. Давайте посмотрим далеко ли до зоопарка? (правая рука под козырек, левая рука на поясе, ноги прямые).

Ходьба приставным шагом. Приставляем пятку одной ноги к носку другой

Идем по узкой тропинке

Ходьба на пятках. Дождь пошел, чтобы не намочить ноги пойдем на пятках,

руки на поясе, спина прямая, равнение держим

Ходьба на внешней стопе. Из лесу вышел медведь (спинка ровная, соблюдаем дистанцию) Ходьба гусиным шагом (руки на колени)

Бегом марш к зоопарку

Бег по кругу, змейкой.

Шагом марш

Наконец то, мы с вами добрались до зоопарка.

Приготовились к ОРУ.

Звериная зарядка (ОРУ) Обращаем внимание на осанку

**1**. «Пингвины».

И.п. – стойка правая нога на носке, левая на всей ступне, руки на поясе

На 1-2 смена ног (левая нога на носке) 3-4 и.п (4-8 раз)

**2**. «Медведь чешет спину».

И.п. – о.с. руки вдоль туловища. На 1-поднимаем правое плечо вверх, левое вниз 2- и.п 3-левое плечо вверху, правое плечо внизу

4- и.п (4-8 раз)

**3**. «Обезьяна срывает бананы с ветки».

И.п. – стойка, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища

на 1-правую руку через сторону вверх.

2-левая рука через сторону вверх

3- правая вниз

4- левая вниз (4-8 раз)

**4**. «Большой пятнистый жираф покачивает своей длинной шеей».

И.п. – ноги шире плеч, руки вверху в замке.

На 1 – наклон в право

На 2 – И.П.

3 – наклон в лево

4 – И.П. (4-8раз)

5. «Хищная пантера».

И.п. – стойка на коленях и ладонях

На 1- выгнуть спину вверх

2- и.п

3-прогнуть спину вниз (свести лопатки)

4- и.п

6. «На полянке зайка прыгает от кустика к кустику».

Прыжки на двух ногах из стороны в сторону.

Воспитатель по ФИЗО: Молодцы, ребята, разминку закончили теперь

переходим к ОВД

Дети, мы с вами продолжим свой путь по зоопарку, подходим к обезьянам. Идет выполнение основных видов движений:

1. Перешагивание через гимнастическую палку (обезьяна перешагивает через речку).

2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками

(обезьяна лазит на дерево).

3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. (обезьяна достает кокос).

4. Ходьба по канату боком (обезьяна спускается с дерева).

Нужно убрать все пособия и подойти к клеткам с хищниками.

-Ребята, каких хищников вы знаете?

**Подвижная игра** «Не попадись»

Ход игры: Кладется шнур. Все играющие стоят за ним на расстоянии полушага. Выбирается водящий. Он становится напротив. Остальные дети прыгают вперед и обратно. Водящий бегает, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся впереди, через 30-40 сек. инструктор прекращает игру.

Молодцы, ребята. А теперь , давайте, подышим носиком, и выдыхаем через рот.

-Продолжая свое путешествие по зоопарку, мы подошли к террариуму. Кто живет в террариуме?

-Змеи.

-Правильно. Змеи они какие? (Гибкие, грациозные)

**Инструктор**: -Ребята, мне очень понравилось путешествовать с вами,

было очень интересно и весело. Вы сегодня были умными, быстрыми, ловкими,

дружными. Я желаю вам оставаться такими всегда!

-Где вы сегодня путешествовали?

-Куда бы вы хотели отправиться в следующий раз?

-А теперь пришла пора прощаться и отправляться в группу.