

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 4 «Родничок»**

**Конспект открытого занятия
ОО «Физическое развитие»**

Махиянова Л.Г., воспитатель

г. Радужный

Цель: формировать интерес к занятиям физкультуры.

Задачи:

Образовательные: Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону;

Развивающие: Упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»;

Повторить упражнение в прыжках и на равновесие.

Воспитательные: Воспитывать уважительного отношения к сверстникам, умение радоваться успехам других.

Материалы и оборудование: лавочки, мешочки с песком, ориентиры, бубен, свисток.

Предварительная работа: разучивание ходьбы «по медвежьи»

Ход занятия

I часть. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Перестроение в колонну по одному, переход на ходьбу по кругу. Ходьба и бег по кругу; на сигнал воспитателя «Поворот!» все поворачиваются кругом и продолжают ходьбу. Затем при беге снова подается команда и дети выполняют поворот без остановки движения.

II часть. ^ *Общеразвивающие упражнения*

1. И. п. — основная стойка. 1—2 — шаг вправо, руки в стороны; 3—4 исходное положение (6—8 раз).

2. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — наклон вправо, левую руку за голову; 2 — исходное положение. То же влево (6 раз).

3. И. п. — основная стойка, руки на пояс. 1 — руки в стороны; 2 — присесть, руки за голову; 3 — встать, руки в стороны; 4 — исходное положение (6-8 раз).

4. И. п. — сидя ноги врозь, руки в упоре сзади. 1 — поднять правую (левую) ногу вверх; 2 — опустить ногу, вернуться в исходное положений (6-8 раз).

5. И. п. — лежа на спине, руки вдоль туловища. 1 — поднять прямые ноги вверх; 2 — развести ноги в стороны; 3 — скрестить ноги — ноги в стороны; 4 — вернуться в исходное положение (4—5 раз)

6. И. п. — основная стойка, руки на пояс. Прыжки на месте — правая нога вперед, левая — назад попеременно на счет педагога «1—8», в чередовании с небольшим отдыхом. Повторить 3—4 раза.

Основные движения

1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.

2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс.

3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.

Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («по-медвежьи») выполняется поточным способом (2-3 раза).

Упражнение на равновесие выполняется двумя колоннами: ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Задание выполняется в среднем темпе.

Дети становятся в две шеренги: первая — у исходной черты, вторая — в пяти шагах от нее. По сигналу воспитателя дети прыжками на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, как пингвины, передвигаются в прямом направлении до второй условной черты (дистанция 6-8 м). После того как первая шеренга продвинется на треть дистанции, дается команда для выполнения задания второй шеренгой. Повторить 2-3 раза.

Подвижная игра «Хитрая лиса».

III часть. Игра малой подвижности «Эхо».

ПЕРВЫЕ НА МЕСТЕ размыкаются на вытянутые руки вперед На вытянутые руки в стороны разомкнись!»

