**Конспект занятия по физической культуре для детей подготовительной к школе группы «В поисках Изумрудного город»**

(по произведению А. Волкова «Волшебник Изумрудного города»)

**Цель:** Формирование потребности в ежедневной двигательной активности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

**Задачи:**

1. Создать условия для развития эмоциональной сферы ребенка.

2. Упражнять в разных видах ходьбы, бега, в метании в вертикальную цель.

3. Учить сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.

4. Развивать быстроту, ловкость, умение ориентироваться в пространстве.

5. Воспитывать настойчивость, умение действовать в коллективе.

**Планируемые результаты:**

- Ходьба и бег в колонне по 1-му с соблюдением дистанции, с различным положением рук.

- Сохраняет равновесие на повышенной опоре.

- Соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки**.**

- Самостоятельно выполняет дыхательные упражнения.

- Правильно выполняет все виды основных движений.

- Владеет умением передвигаться между предметами.

**Оборудование:** Кубики пластмассовые, дуги гимнастические, ленточки, гимнастическая скамейка, мат гимнастический, мячи пластмассовые, кегли, шкатулка.

**Ход занятия**

*Дети под музыку входят в зал, выстраиваются в шеренгу.*

**Инструктор по ФК:** Здравствуйте, ребята.

**Дети:** Здравствуйте!

**Инструктор по ФК:** А вы любите путешествовать? (*Ответы детей*). Сегодня я хочу пригласить вас в путешествие по сказке Александра Волкова «Волшебник Изумрудного города». А вы помните каких сказочных персонажей можно встретить? Правильно. У меня есть маршрутная карта, которая покажет нам дорогу к Изумрудном городу! Вы готовы совершить путешествие? (*Ответы детей*). Тогда отправляемся в путь.

**1.** **Вводная часть.**

- Элли с Тотошкой гуляют возле своего домика. *Обычная ходьба*.

- Тотошка что-то заметил вдалеке. *Руки на пояс, ходьба на носках.*

- Нет, Тотошке просто показалось. *Обычная ходьба.*

- Недалеко от дома росла высокая трава. *Руки на пояс, ходьба с высоким подниманием колен.*

- Элли и Тотошке было очень весело. *Обычная ходьба*.

- Но тут вдруг налетел ураган! Элли и Тотошка побежали к своему домику. *Легкий бег, руки согнуты в локтях.*

- На пути им попадались разные предметы, и они их обегали. Б*ег «змейкой».*

- Вот и долгожданный домик, но что это случилось? Ураган поднял домик и понес его. *Легкий бег, руки согнуты в локтях.*

-  Элли с Тотошкой очень устали, но все же пытаются догнать свой домик.  
*Быстрая ходьба, руки согнуты в локтях, переходящая в обычную ходьбу.*  
 -  Элли с Тотошкой потянулись вверх, чтобы забраться в улетающий домик. *Глубокий вдох носом, руки вверх, выдох через рот, руки вниз.*  
*Дыхательное упражнение.*

**2. Основная часть.**

**Инструктор по ФК:**  А наше путешествие продолжается И сейчас мы посмотрим, что же делают наши главные герои. В колонну по два налево шагом марш! *Перестроение для выполнения ОРУ.*

1.*Элли с Тотошкой оглядываются по сторонам. Что происходит*?

И. п. – основная стойка. 1 – поворот головы вправо, правую руку поднести ко лбу; 2 – исходное положение; 3–4 – то же влево (по 4 раза).

2. *Элли и Тотошка смотрят в окно, не опустился ли их домик?*

И. п. – ноги на ширине ступни, руки внизу. 1–2 – присесть, руки за голову; 3–4 – исходное положение (6–7 раз).

3. *Устали. Легли на пол, а их бросает из стороны в сторону. И они уснули.*

И. п. – лежа на спине, руки вверху. 1–2 – поворот на живот, помогая себе руками; 3–4 – вернуться в исходное положение (5–6 раз).  
 4. *Первым проснулся Тотошка. Он увидел, что домик больше не летает, и начал будить Элли.*

И. п. – основная стойка, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах с поворотом на 360° в чередовании с небольшой паузой.

5. *Наконец Элли проснулась. Она открыла глаза, потянулась и вышла на крыльцо.*

И.п. – основная стойка, руки вдоль туловища. 1 – поднять через стороны руки вверх, отставить ногу правую ногу назад на носок, прогнуться, 2 – исходное положение; 3– поднять через стороны руки вверх, отставить левую ногу назад на носок, прогнуться, 4 – исходное положение.

**Инструктор по ФК:** И Элли со своим маленьким другом отправилась в путешествие. А следующим испытанием для наших героев станет извилистая и неровная дорога. *(педагог раскладывает инвентарь: кубики пластмассовые 8 шт., дуги металлические 2 шт., ленточки 8 шт.)*

*«Полоса препятствий»*

*Ходьба спиной вперед между кубиками, подлезание под дугу правым и левым боком, перешагивание через ленточки правым боком.*

**Инструктор по ФК:** Во время ходьбы не спешить и не задевать кубики. При подлезании повернуться к дуге правым боком, сначала отставить ногу в сторону, руки на колени, прогнуться под дугой и выпрямиться. Во время перешагивания, руки на пояс, ноги поднимаем высоко, согнув в колене. Не спешим, друг друга не опережаем, вернуться в свою колонну обычным шагом по краю площадки. Вперед марш!

**Инструктор по ФК:** Молодцы, ребята, справились с испытанием. Смотрите, мы добрались до глубокого оврага, а вот и мост который сделал Железный дровосек. Во время ходьбы смотрим вперед, не спешим, соблюдаем расстояние, руки держим на поясе, спина прямая. Первый раз проходим правым боком вперед, второй раз левым. Вперед марш!

*Ходьба по гимнастическим скамейкам приставным шагом правым и левым боком.*

**Инструктор по ФК:** Как ловко мы преодолели мост. Карта показывает, что мы приблизились к воротам Изумрудного города *(педагог раскладывает инвентарь: кегли, мячи пластмассовые малые по количеству детей).* Но, вдруг налетела злая колдунья Бастинда. Давайте прогоним её. Бросаем мячи-«капельки» по сигналу так, чтобы сбить кегли. По сигналу: «берем капельки», каждый берет осторожно, не задевая кегли и возвращается обратно за черту. Игра продолжается до тех пор, пока не будут сбиты все кегли.

**3. Заключительная часть.**

**Инструктор по ФК:** Молодцы, ребята, мы победили Бастинду. Ура! Но у нас осталось последнее испытание, что же оно может значить? (*Дети по карте находят шкатулку)*. Шкатулка?!! Давайте откроем ее. Смотрите, ребята, это воздушный шар. Но для чего он здесь? Правильно, он то и поможет вернуться назад.

*Обычная ходьба с упражнением на дыхание «Воздушный шар».*  
**Инструктор по ФК:** Поднесите руки ко рту, сделайте глубокий вдох, а затем глубокий выдох через рот со звуком «ш-ш-ш». Шар становится все больше, держите его крепко. Вытяните руку вверх и двигайтесь в колонне на носочках, чтобы удержаться на шаре. Посмотрите, внизу мелькает наш город, пора спустить воздух и приземлиться. Со звуком «ш-ш-ш», опускаем руку вниз и продолжаем ходьбу обычным шагом.  
Так Элли с Тотошкой оказались дома, где их с нетерпением ждали отец и мать. И наше путешествие подошло к концу и мы снова оказались в детском саду.

**Инструктор по ФК:** Скажите, ребята, вам понравилось путешествие? *(ответы детей)*

**Инструктор по ФК:** А в какую сказку вы совершили путешествие? *(ответы детей)*

**Инструктор по ФК:** С какими персонажами вам довелось встретиться? *(ответы детей)*

**Инструктор по ФК:** Правильно, до новых встреч, ребята. Направо. Шагом марш. До свидания.





