**Конспект открытого занятия по физической культуре**

**для детей подготовительной группы**

**«Путешествие в Изумрудный город»**

**Цель:** воспитание потребности в занятиях физической культурой.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- закрепить технику выполнения ходьбы и бега, ползание по гимн. скамейке; хождение по канату приставным шагом, прыжки на двух ногах.

- учить согласовывать действия с поэтическим текстом;

- соблюдать и выполнять правила игр.

**Развивающие:**

- Развивать стремление детей в желании сохранять и укреплять свое здоровье;

- Развивать выносливость, смелость и воображение

- Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом;

**Оздоровительные:**

- Закрепить умение детей выполнять упражнения укрепляющие свод стопы, формирующие навыки правильной осанки;

- Закреплять умение правильно выполнять дыхательные упражнения.

**Ход занятия:**

Дети под марш входят в зал, выстраиваются в шеренгу.

**Инструктор:** Равняйсь! – Смирно! Вы любите сказки? К нам в гости пришли гости из сказки «Волшебник изумрудного города». Они приглашают вас отправиться в сказочное путешествие в Изумрудный город к волшебнику Гудвину. На пути вас ждут приключения, испытания. А также встреча с героями этой сказки, которым очень нужна ваша помощь. Вы готовы отправиться в путь?

**Дети:** Да

**1 Слайд «Элли с Тотошкой»**

**Инструктор:** Тогда отправляемся в путь. Напра-во! Чтоб в сказке оказаться вам надо пройти сквозь волшебное окно.

**Музыка из м/ф *«Волшебник Изумрудного города»*.**

1. Ходьба обычная.

2. Ходьба на носках.

3. Ходьба на пятках.

4. Ходьба с высоким подниманием колен.

5. Ходьба в семенящим шагом.

**Инструктор:** На небе ярко светит солнышко и дети очень ему рады.

- Подскоки.

**Инструктор:** Поторопимся друзья.

- бег 2 мин.

**Инструктор:** Наша дорога вся усыпана мелкими камушками.

- на носках.

- вдох-выдох.

**Инструктор:** В колонну по три становись.

**ОРУ с флажками.**

1. И. п. — основная стойка, флажки в прямых руках внизу. 1— флажки вперед; 2 — флажки вверх; 3 — флажки в стороны; 4 — исходное положение *(6раз)*.

2. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, флажки внизу, 1—2 — поворот вправо (влево, флажки в стороны, руки прямые; 3-4 — вернуться в исходное положение *(6 раз)*.

3. И. п. — основная стойка, флажки в согнутых руках у груди. 1—2 —присесть, вынести флажки вперед, руки прямые; 3—4 — исходное положение *(6раз)*.

4. И. п. — ноги на ширине плеч, флажки внизу. 1 — руки в стороны, 2 - наклон вперед, султанчиками коснуться носков ног; 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 — исходное положение *(6 раз)*.

5. И. п. — основная стойка, флажки в прямых руках внизу. 1 —флажки вверх, отставить прямую ногу назад на носок; 2 — исходное положение; 3—4 — то же левой ногой *(6 раз)*.

6. И. п. — основная стойка, флажки внизу. 1 — прыжком ноги врозь, флажки в стороны; 2 — вернуться в исходное положение. Выполняется под счет воспитателя *(10 раз)*. Повторить 3 раза. Между сериями прыжков небольшая пауза.

7. Глубокий вдох- выдох *(3 раза)*.

**Инструктор:** На право. В одну колонну в обход по залу шагом марш. В одну шеренгу становись.

**Инструктор:** Ребята, вот мы с вами и оказались в сказке. Посмотрите, вот и первый наш герой Дровосек.

**(слайд №2) Дровосек**

**Инструктор:** Ему нужно доброе сердце. Чтобы ему помочь надо проползти по скамье. Разбились на два звена.

1. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками.

**Инструктор:** С этим заданием вы справились.

А теперь посмотрите на нашем пути следующий герой – чучело Страшило.

**(слайд №3) Страшило.**

**Инструктор:** Ему тоже нужна ваша помощь. Ему очень нужны мозги. Вы сможете их добыть, если пройдете по канату. Поможем ребята?

**Дети**: Да.

2. Ходьба по канату боком, приставным шагом.

**Инструктор:** Молодцы. Страшило благодарит вас за помощь.

**(слайд №4) Трусливый лев.**

**Инструктор:** Посмотрите ребята, - это Трусливый Лев. Он просит вас добыть для него смелость. Вы готовы к новому испытанию.

**Дети**: Да.

**Инструктор:** Тогда нам нужно справиться и с этим испытанием.

3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч *(4 шт.)*.

**Инструктор:** Посмотрите ребята, вот мы и оказались с вами в Изумрудном городе

**слайд №5 Волшебник Гудвин.**

**Инструктор:** А это волшебник Гудвин. Он очень рад встречи с вами и просит вас поиграть.

**Подвижная игра «Ищи»**

**Слайд № 6. Все герои сказки. С записью голоса.**

**Голос на слайде:** Молодцы ребята! Интересное путешествие у нас вами получилось. Со всеми заданиями отлично справились. Спасибо вам за помощь.

**Инструктор:** Вам понравилось?

**Дети**: Да.

**Инструктор:** В сказке хорошо, но пора возвращаться в детский сад. Перед тем как нам вернуться, давайте немного отдохнем и сделаем небольшой массаж. Возьмите по одному ежику.

1.Массаж кистей рук:

Ежик, ежик, ты колючий, покатайся между ручек.

2.Массаж правой и левой руки:

Двигаем ежика вверх и вниз сначала по одной руке, затем по другой, слегка надавливая на мяч *(от кисти к плечу и обратно)*.

3.Массаж груди:

Ежика двигаем ладошкой по кругу на груди.

4.Массаж спины:

Дети поворачиваются по кругу и пододвигаются ближе друг к другу, так чтобы каждый ребенок дотягивался до спины соседа. Дети делают массаж спины друг другу – двигают ежиков вверх-вниз, а затем по кругу. По сигналу дети поворачиваются в др. сторону и снова делают массаж спины.

5.Массаж ног:

Дети снова садятся на пол лицом в круг, вытягивают ноги. Делают массаж сначала правой ноги, затем левой.

6.Массаж стоп:

Положить ежика на пол, прижать его правой стопой, подвигать вперед-назад, слегка надавливая.

**Инструктор:** Ребята, кладем мячи и становимся в шеренгу.

Во круг себя повернитесь и в детском саду очутитесь.

**Слайд №7 Детский сад**

**Подведение итогов.** *(кого на пути встретили, какие испытания проходили, во что играли)*

**Инструктор:** А, теперь, все потянулись, и друг другу улыбнулись. На право! В одну колонну из зала в группу шагом марш!