**Конспект физкультурного занятия с использованием здоровьесберегающих образовательных технологий и системы инновационной оценки**

**для детей подготовительной к школе группы**

**«Чудесный лес»**

**Цель:** сохранение и укрепление детского здоровья, воспитание физически здоровой личности.

**Программные задачи:**

* Формировать потребность в ежедневной двигательной активности.
* Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве;
* Развивать меткость, глазомер и силу броска.
* Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка.
* Воспитывать выдержку, решительность, смелость, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

**Здоровьесберегающие технологии:** гимнастика для глаз, оздоровительные минутки, самомассаж, психогимнастика, босохождение.

**Организация занятия:**

Способ организации детей - групповой (подгрупповой). Дети одеты в спортивную форму и чешки (не использовать кроссовки и другую обувь с жесткой подошвой, можно босиком, решая еще одну задачу - закаливание.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Оборудование и материалы:** Карточки с изображением всех заданий «лист достижений» - по количеству детей;сундук или шкатулка с наклейками для каждого ребенка за каждое задание;мячи для метания - по количеству детей; «колючая дорожка» (массажная);скамейка гимнастическая (1 шт.); наклонная доска (1 шт.);модули «таблетки» (5-6 шт.);дуга (1 шт.);гимнастическая палка (3-6 шт.);карандаши (по 2 шт. на каждого ребенка);кружки 2-х цветов (диаметр 10-15см);речные камешки (10-12 шт.).

**Ход занятия:**

**Инструктор по ФК:** Мои милые ребята, рада видеть вас сейчас - на занятии у нас!

Ведь сегодня день прелестный, улыбайтесь все, друзья!

В самый сказочный, чудесный - лес волшебный, поведу гулять вас я.

Вы представьте: там деревья, там есть ягоды, грибы, свежий воздух,

Там здоровья, наберемся я и ты!

Но сначала не спешите, вот сюда вы посмотрите -

Это, наша «карта-план» - надо выполнить, всем нам!

Карточка у всех своя.

Посмотрите и найдите имя здесь свое друзья.

*Дети находят свои карточки, которые приготовили для себя в группе.*

Выполнив все по порядку, сделав всю нашу зарядку

Все наклейки соберете, а потом играть пойдете.

*Дети кладут карточки на стол.*

Приглашаю по порядку, на веселую зарядку.

Что бы в лес пойти гулять, надо мышцы нам размять.

*Под музыкальное сопровождение проводится разминка*

*(Ходьба, бег, прыжки, общеразвивающие упражнения).*

**Инструктор по ФК:** Вы хорошо все постарались, этому я очень рада, вот вам всем теперь награда.

*Дети получают наклейку и наклеивают напротив первого выполненного задания.*

**Инструктор по ФК:** Вот теперь совсем не сложно, нам идти гулять в лес можно!

Дружно все за мной шагайте, не спешите и друг друга не толкайте!

Стойте тут, глаза закройте: время вот пришло чудес - появись волше6бный лес!

*Дети открывают глаза.*

**Инструктор по ФК:** Посмотрите что за чудо перед вашими глазами…

Я обманывать не буду - в лес пришли чудесный с вами.

Предлагаю вам пройти все препятствия в пути!

Не забудьте, лес волшебный, много ждет там вас чудес

И я буду вместе с вами проходить сквозь этот лес.

Не толкайтесь, не спешите, друг за другом вы идите.

*Способ организации детей - поточный.*

**Ход и расстановка инвентаря:**

**Инструктор по ФК:** Что же это дети, ох, впереди колючий мох!

Аккуратен будь, дружок, ступай с пятки на носок!

1. «Колючая дорожка» - «**Мох»**

*Пройти по дорожке, наступая всей стопой с перекатом - с пятки на носок.*

**Инструктор по ФК:** Впереди нас речка ждет, мост через нее идет.

Осторожно, всей стопой, не спеша, идем за мной!

Так как мост можно сломить - по одному будем ходить.

1. Скамейка - **Мостик «через речку»**

*Пройти на носках, не опускаясь на пятки, руки в стороны,*

*стараться удерживать равновесие.*

*Воспитатель проходит, показывая как правильно идти,*

*далее становится для подстраховки детей.*

**Инструктор по ФК:** Ой, обломился мостик наш, что же делать нам сейчас!

Ах, здесь совсем не глубоко и идти будет легко.

Наступая всей стопой, очень осторожно

Так и речку всю пройти нам конечно можно.

1. Речные камешки - **«Речка»**

*Пройти осторожно по камням, наступая на них всей стопой.*

**Инструктор по ФК:** Дальше - глубже, не пройти, надо переправу нам найти.

Ногу ставь наискосок и пошли со мной дружок.

Вы такие молодцы - с вами хорошо идти.

Мы прошли уж полпути!

1. Гимнастические палки - **«Переправа»**

*Пройти по гимнастической палке, корпус вперед,*

*ступня ставится с разворотом в 45 градусов.*

**Инструктор по ФК:** Встали на носочки - впереди тут кочки.

Легкими прыжками двигаемся с вами.

1. Модули - **«Кочки»**

*Легкие прыжки с носка на пятку.*

**Инструктор по ФК:** На пригорок с вами мы забрались по кочкам,

И пойдем по нему аккуратно на носочках!

Вы, ребята, просто класс! Все за мной, вперед сейчас!

1. Наклонная доска - **«Спуск»**

*По наклонной доске мелкими шагами, приставляя пятку одной ноги к носку другой.*

**Инструктор по ФК:** Отдыхать нам не охота - впереди нас ждет болото…

На пятках - по синим кружочкам, а на носочках - по красненьким кочкам.

1. Кружки 2-х цветов - **«Болото»**

*По кружкам синего цвета пройти на пятках, по кружкам красного цвета - на носках.*

*(Круги чередуются).*

*Дети берут по два карандаша и зажимают их пальцами ног (предварительно сняв чешки)*

**Инструктор по ФК:** Весь волшебный лес прошли, до пещеры мы дошли.

Клад хранится в ней - поползли за ним скорей!

От сундука ключи - мы пальцами ног зажмем

И аккуратно поползем!

1. Дуга - **«Пещера»**

*Проползти под дугой с зажатыми между пальцами ног карандашами,*

*затем встать - выпрямиться, не выпуская карандаши.*

*Из модулей построить стену, за которую поставить сундук с наклейками,*

*на стену повесить цель для метания мячей.*

**Инструктор по ФК:** Чтоб сундук с кладом достать, надо точно в цель попасть.

Вот мячи - вы их берите, крепко их в руке держите.

К линии все подходите, аккуратно, не спешите.

Как в цель попасть вам, расскажу, и конечно покажу,

*Показать детям метание - способом от плеча правой и левой рукой.*

**Инструктор по ФК:** Как у вас все получилось, наконец-таки свершилось!

Найден клад!

Волшебный лес - преподнес нам сто чудес!

Шкатулку отворим сейчас - там награда есть для вас!

За ваши достижения славные - получите наклейки забавные.

В карты их свои наклейте - будет вам напоминанье -

За ваши успехи, за ваши старания!

*Дети клеят наклейки в свои карты.*

**Инструктор по ФК:** Предлагаю поиграть, можно бегать и скакать.

* **Подвижная игра по желанию детей**

*Можно предложить детям любую подвижную, либо малоподвижную игру.*

*Завершить занятия упражнениями на релаксацию, либо дыхательными упражнениями, либо отдых под звуки тихой, спокойной музыки.*

**Инструктор по ФК:** Нашу прогулку в волшебный лес никогда я не забуду, и долго-долго помнить буду!

*План - карты дети забирают в свои папки личных достижений и уходят в группу.*