**Конспект занятия по физкультуре в старшей группе детского сада**

**«Путешествие в страну Неболейка».**

 *Андреева Анжелика Николаевна - воспитатель муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного*

 *вида № 54*

 *муниципального образования город Армавир*

Программное содержание: совершенствовать умение ходить и бегать, сохраняя правильную осанку; продолжать учить перестраиваться тройками; расчету на «первый», «второй»; учить ползать по гимнастической скамейке на животе с закрытыми глазами, подтягиваясь руками; подлезать под дуги (высота 40 см); пролезать в обруч боком; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; ходить по скамейке, перешагивая через кубики.

Развивать творчество в движении (придумывать движение, соответствующее характеру музыки).

Развивать физические качества: выносливость, ловкость.

Материал: 3 гимнастических скамейки; обруч на стойке; 3 шт. дуги высотой 40 см; математический коврик; письмо с конвертом; кассета с аудиозаписью песни В. Шаинского «Вместе весело шагать», «Чему учат в школе», песни «Чунга-Чанга», инструментальной музыки, классической музыки; 2 кегли: желтого и красного цвета; карточки-схемы.

 **ХОД ЗАНЯТИЯ**

Дети стоят вокруг воспитателя.

 Воспитатель: Ребята, сегодня утром почтальон принес письмо. Давайте посмотрим, от кого оно и что там написано«Дорогие ребята!Вам пишут жители страны Неболейки. В нашей стране все здоровы и сильны, у нас нет никаких болезней. Мы приглашаем вас в ней погостить. Правда, путь в нашу страну непростой. Он проходит через дремучие леса, горные реки и топкие болота. В дороге вам будут чинить препятствия наши главные враги: Ангина, Кашель, Насморк, Температура. Но мы знаем, какие вы смелые и ловкие, и уверены, что вы доберетесь до нашей страны, преодолев все трудности и испытания. Ждем вас в гости, успехов вам!

 Жители страны « Неболейка»

 Воспитатель: Я знаю о такой стране. Путь нелегкий. Нам придется пробираться через высокие травы и густой кустарник, горы, реки и болота. Но мы справимся. А помогут нам: ушки,- которые должны слушать музыку и мои указания; дисциплина; глазки, которые внимательно смотрят, и наша дружба. Ведь: «Вместе весело шагать по просторам». Вы готовы?

Дети: Да!

Воспитатель: Тогда в путь! (включается запись песни В. Шаинского «Вместе весело шагать»).

1. Ходьба друг за другом, на носках, пятках, руки за головой, на внешней стороне стопы, в полуприсяде, улиткой (обхождение густого кустарника), бег, бег змейкой. Перестроение в 3 колонны.
2. (включается запись песни В. Шаинского «Чунга-Чанга»).
	1. И.П. - ноги вместе. Наклон головы вперед, в и.п.; назад - в и.п., вправо - в и.п., влево - в и.п.
	2. И.П. - о.с. 1 - правая рука вперед, 2 - левая рука вперед, 3 - правая рука вверх, 4 - левая рука вверх, 5 - 8 - в обратном порядке в и.п.
	3. И.П. - ноги вместе, руки на поясе. Наклон вперед (прогнуть спину) руки вперед параллельно полу, в и.п.
	4. И.П. - сидя, упор сзади. Упражнение для стоп (вывороты), ножки поссорились, помирились.
	5. И.П. - то же. Согнуть ноги в коленях, прижать к груди руками - маленькие ножки; выпрямить - большие ножки.
	6. И.П. - лежа на животе, руки вытянуты вперед, ноги вместе. Одновременно приподнять от пола руки и ноги, прогнуться, в и.п. («Рыбка»).
	7. И.П. - о.с., руки на поясе, прыжки, ноги врозь, скрестно.
	8. Упражнение на дыхание: «Дровосек».

Построение в колонну, затем в шеренгу.

Воспитатель: А вот и ловушки: Ангина, Кашель и Температура, как предупреждали нас жители Неболейки.

Основные виды движений:

 1.Первая ловушка, Ангина. Впереди река, а у единственной переправы стоит Ангина. Проползем по мостику (ползание на животе, подтягиваясь руками с закрытыми глазами).

* + 1. Вторая ловушка. Температура. Температура оставила свои следы красного цвета, на них нельзя наступать, а то поднимется температура. Прыжки на двух ногах по математическому коврику, кроме фигур красного цвета. Третья ловушка, не задевать ее, хорошо прогибать спинки. Подлезание под дуги (высота 40 см).
		2. Расчистили мы с вами дорогу, но опять ловушка: горы. Тропинка ведет в тоннель, а около тоннеля сидит Насморк, и кто его потревожит, тот начинает чихать, распространяя инфекцию. Хотя знает, что надо закрывать нос платком и отворачиваться. Давайте через тоннель осторожно пролезем, не будем тревожить Насморк, (пролезание в обруч боком.).
		3. Опять ловушка. Горная речка у нас на пути, по бревну нам придется ее перейти. (Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики).

Воспитатель; Молодцы ребята! Никто не попал в ловушку? Дети; Нет.

Воспитатель: Давайте проверим, никто не потерялся. На «первый», «второй» рассчитайся. В две шеренги становись!

Какое же путешествие без игр. Давайте с вами поиграем в игру «Чье звено скорее построится?» и жителей страны Неболейка научим.

Воспитатель: И еще одна игра «Стоп».

«Дружно шагай, правильно выполняй, смотри не зевай». (показывается картинка-схема, принимается статистическая поза)

Воспитатель: Вот мы и погостили в стране Неболейка. А теперь нам пора возвращаться домой. Но, сначала, надо отдохнуть, (включается инструментальная музыка, дети лежат с закрытыми глазами и расслабляются, релаксация).

 Воспитатель: А теперь, давайте скажем наш девиз:

«Спорт, ребята, очень нужен!

 Мы со спортом крепко дружим!

 Спорт - помощник,

 Спорт - игра,

 Физкульт - Ура!».