***Конспект физкультурного занятия***

***по обучению детей подготовительной группы***

***ходьбе на лыжах*** ***«Юные лыжники»***

*ЦЕЛЬ:* совершенствовать скользящий шаг и спуски со склонов на лыжах; развивать скорость передвижения на лыжах.

*УСЛОВИЯ:* заснеженная пересеченная местность, небольшой склон.

*ПОСОБИЯ:* лыжи по числу детей, 4-6 лыжных палок, шишки, 2 флажка, секундомер.

*ХОД ЗАНЯТИЯ:*

Дети самостоятельно организуются у места сбора, надевают лыжи (без помощи воспитателя).

**I.** Воспитатель предлагает поиграть в игру «Шире шаг» на дистанции 10 м: дети поочередно проходят по лыжне скользящим шагом без палок, стараясь как можно дольше скользить на одной ноге. Выигрывает тот, кто сделает меньшее количество шагов. Здесь проводится подсчет шагов индивидуально для каждого ребенка (*следить за тем, чтобы правая рука выносилась вперед вместе с левой ногой, а левая рука – справой ногой*).

**II.** *1 подгруппа:* Ходьба на лыжах скользящим шагом по лыжне друг за другом: дети ходят по кругу в умеренном темпе. Спускаются с небольшого склона, выполняют приседания (поднимают шишки). Проезжают в «воротца», составленные из палок (*самостоятельно*).

*2 мини-группа:* В центре прокладывается дистанция 25 м, финиш и старт которой отмечен флажками. Двое детей проходят эту дистанцию на время (*обратить внимание детей на то, что это задание на время и необходимо постараться пройти эту дистанцию за малое количество времени*).

Затем воспитатель проводит Игру «Карусель в лесу» (играют 3-4 раза): Вокруг дерева прокладывают две круговые лыжни (внутренняя и внешняя). Дети становятся на лыжню на равном расстоянии друг от друга. По сигналу они начинают скользить на лыжах вокруг дерева, стараясь сохранять между собой определенное расстояние. Совершив несколько кругов в одном направлении, дети останавливаются и, немного отдохнув, «заводят карусель» в другую сторону.

**III.** В заключении - спокойная ходьба на лыжах по пересеченной местности к месту сбора и приведение лыж в порядок (*следить за тем, чтобы дети не забывали о спокойном возвращении на территорию детского сада*).