**Занятие по физкультуре (с использованием логоритмики) в старшей группе**

**ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ:**

1. Активизировать фантазию, развивать творческие способности в процессе двигательной деятельности.
2. Тренировка выполнения упражнений под музыку.
3. Развитие умений действовать в соответствии со словами.
4. Создавать эмоциональный настрой на развитие интереса и желания заниматься спортом.
5. Формировать правильное дыхание.

**ПОСОБИЯ И ОБОРУДОВАНИЕ:**

 Туннель, большой мяч, ящик с тряпичными мячами-снежками, обручи, массажный коврик, маска Снеговика, шарфик.

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

ДЕТИ ВХОДЯТ В ЗАЛ И СТРОЯТСЯ В ШЕРЕНГУ.

***Сюрпризный момент (****3 мин****)***: входит Почтальон и приносит письмо. «Дорогие ребята! Приходите ко мне на лесную полянку. Я приготовил для вас много сюрпризов и игр…..»

Воспитатель вместе с детьми пытаются выяснить, кто же прислал им такое письмо. Решают идти в зимний лес к неизвестному гостю.

**I .Вводная часть.**

*Разминка (5 мин*).

Одеваем воображаемые валенки. Упражнение «Валенки»

Валенки, валенки,

Не велики, не маленьки.

А как раз по ножке

Нашему Сережке. – 2 раза. (движения со словами)

Одеваем лыжи. Лыжный шаг.

Лезем через сугробы.

Пересаживаемся на санки.

«Сова» - бег врассыпную с махами руками.

Санки.

«Заячьи следы» - бег «змейкой».

Спокойная ходьба, дыхательная гимнастика.

**II. Основная часть.**

Комплекс точечного массажа и дыхательной гимнастики (1 мин):

Кружатся снежинки

В воздухе морозном,

Падают на землю

Кружевные звезды.

Вот одна упала

На мою ладошку.

Ты не тай, снежинка,

Подожди немножко…

*Точечный массаж:*

1. «Греем ладошки» - соединить ладони вместе и потереть ими поперек до нагрева.
2. Слегка подергать кончик носа.
3. Растираем ушки.
4. Поглаживаем нос от ноздрей к переносице.
5. Вдох через нос, выдох через рот на ладонь – «сдуваем снежинку».

*Общеразвивающие упражнения с тряпичными мячами (5 мин):*

Всё что только захотим

Мы из снега смастерим (лепим снежки)

Лепит Саша колобок (круговые движения руками с перекладыванием мяча из рук в руку).

А Наташа – теремок (руки с мячом вверху, движения влева-вправа);

Паша лепит разных рыб (руки в стороны, поворот туловища за рукой с перекладыванием мяча);

А Иришка белый гриб (приседания).

А потом снежки лепили (на коленях, опускаемся и поднимаемся);

А потом снежки катили (сидя на коленях, перекаты мяча вокруг себя);

А потом без сил упали (лечь на пол);

И домой все побежали (подпрыгивание на месте).

*Основные виды движений (6 мин):*

* Обручи (прыжки);
* Метание снежков в корзину;
* Туннель (проползание);
* Большой мяч (прокатывание двумя руками вокруг «сугроба».

*Подвижная игра «Снеговик» (4 мин)*

Цель: учить детей действовать по сигналу; развивать слух, быстроту реакции, ловкость; создавать хорошее настроение.

**III. Заключительная часть.**

*Игра малой подвижности «Разверни круг»*

«Круг- кружочек, снежный комочек.

Раз, два, три – разверни-ка Оля ты!»

Воспитатель: хорошо поиграли? Пора домой!