**Конспект занятия по физической культуре в подготовительной группе "Веселое путешествие в зоопарк"**

**Цель:** укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой.
**Задачи:** Упражнять в беге врассыпную с увёртками в п/и «Ловишки», упражнять в ходьбе и беге, в подбрасывании и ловли мяча двумя руками, в скольжении по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, в ходьбе по канату приставным шагом; закрепить новый комплекс упражнений ритмической гимнастики; стретчинга и элементов восточных танцев; уточнять и обобщать знания детей о животных; способствовать развитию слухового и зрительного внимания; развивать координацию речи и движений, творческое воображение,; воспитывать активность, любознательность, навыки самоорганизации, взаимопомощи.
**Оборудование:** 2 скамейки, 4 обруча, корзина с мячами, канат, для подвижной игры «Ловишки», для каждого хвостики
**Ход занятия.**
Построение в шеренгу по одному
Инструктор: Плечики расправили, животики втянули, руки прижали к телу
"Группа - равняйсь, смирно! Физкульт!
Дети: Привет!
Инструктор: Звеньевой первого звена - Кристина, звеньевой второго звена - Саша.
Подняли руки первое звено, подняли руки - второе звено, кто стоит за Сашей
Сегодня на нашем физ. занятие я хочу вам загадать загадки, а если вы отгадаете, то узнаете, куда мы с вами отправимся
Загадки о животных (волк, носорог, олень, кенгуру)
Где всех этих зверей можно увидеть? Вот сегодня мы с вами отправляемся в зоопарк.
Инструктор:
А сейчас внимание! Группа равняйсь, смирно!
Направо (раз, два) Отправляемся в зоопарк.
Шагом марш. Звучит музыка для разных видов ходьбы(продолжительность ходьбы 2 минуты)

Инструктор: следит за осанкой (спинку выпрямили, носики подняли, смотрим в затылок друг другу, близко не подходим)
Ходьба на носочках
Давайте посмотрим далеко ли до зоопарка? (правая рука под козырек, левая рука на поясе, ноги прямые)
Инструктор: следить за осанкой (близко не подходим, носики кверху, смотрим в затылок друг другу)
Ходьба на пятках
Дождь пошел, чтобы не намочить ноги пойдем на пятках, зонты открыли, носики вверх, спина прямая, равнение держим
Ходьба приставным шагом Приставляем пятку одной ноги к носку другой
Идем по узкой тропинке
Ходьба на внешней стопе
Из лесу вышел медведь (спинка ровная, соблюдаем дистанцию)
Ходьба с высоким подниманием ноги, согнутой в коленях
Ходьба гусиным шагом

Бегом марш к зоопарку (глазки в пол не опускаем, смотрим вперед)Звучит ритмичная музыка для бега(продолжительность бега 3 минуты)
Бег по кругу, змейкой, галопом, приставным шагом, врассыпную
Шагом марш
Упражнение на дыхание
Инструктор: в колонны по четыре стройся
Наконец то, мы с вами добрались до зоопарка
**Звериная аэробика (ОРУ)** Обращаю внимание на осанку
1. «Идём в зоопарк».
И.п. –о.с. руки на поясе
Переступающий шаг с пятки на носок, руки на поясе
2. «Медведь чешет спинку об дерево».
И.п. – о.с. руки опущены вниз
Попеременно поднимать и опускать правое и левое плечо, затем одновременно два плеча (по 4 раза)
3. «Обезьяна срывает бананы с ветки».
И.п. – руки опущены вниз, ноги на ширине плеч
Поднять правую руку через стороны вверх, затем левую. Опустить правую руку, вперёд и вниз, затем левую.
4. «Большой пятнистый жираф покачивает своей длинной шеей».
И.п. – ноги шире плеч, руки вверху в замке. Наклоны в стороны (8 раз)

5. «Страус с длинной шеей спрятал свою голову в песок».
И.п. - ноги шире плеч, руки вверху в замке. Наклоны вперёд, коснуться руками пола, ноги не сгибать.(8раз)
6. « «Хищная пантера потягивается на солнышке».
И.п. - Сидя на пятках, грудь касается колен, руки вытянуты вперёд, лежат на полу.Не отрывая рук от пола, выпрямить ноги, лечь на живот, руки прямые.(8раз)
7. « Хитрая лиса»
И.п. – сидя на полу ноги согнуты в коленях, наклоны ног вправо, влево(8 раз)
8. «На полянке пушистый зайка прыгает от кустика к кустику».
Прыжки на двух ногах из стороны в сторону.
Молодцы, вот и закончили разминку
**ОВД**
Дети продолжают свой путь по зоопарку, они подходят к клетке с обезьянками. Идет выполнение основных видов движений:
1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (обезьянка ползёт по дереву).
2. Бросание и ловля мяча двумя руками (обезьянка ловит кокос).
3. Ходьба по канату, руки на поясе (обезьянка ходит по лиане).
Инструктор: пройдите к клеткам и постройтесь по звеньям
раскладываем оборудование (2 скамейки, корзина с мячами,4 обруча, канат)
Задание:

Проползти по скамейке (показывает ребенок), перепрыгнуть с "ветки на ветку"(через обручи),подойти к корзине двумя руками подбросить мяч и поймать, назад вернуться приставным шагом, руки на поясе - по канату
Инструктор: обращает внимание, что делать упражнение нужно качественно.
Убираем все пособия и строимся в колонну
Подвижная игра «Ловишки»

играем 3-4 раза

Упражнение на дыхание
Вдох носиком, руки вверх - на выдох проговариваем ку- ка - ре - ку (на каждый слог, взмахиваем крылышками)или
Вдох носиком, руки вверх - на выдохе га- га - га - га
Наше путешествие не закончилось, и мы с вами попадаем в террариум к змеям
Инструктор: Змеи какие?
Дети: Они очень гибкие красивые и грациозные.
Дети под звуки восточной мелодии выполняют стретчинговые движения и элементы восточных танцев.
Стретчинговые упражнения с элементами восточных танцев

1. Сидя, ноги вместе, наклоны вперёд к носкам.
2. Сидя, ноги врозь, наклоны вперёд, к правой ноге, к левой ноге.
3.«Маленькая бабочка».
Сидя, стопы соединить, развести колени в стороны как можно шире.
4. «Большая бабочка».
Лёжа, ноги вверх, развести прямые ноги в стороны как можно шире,помогая руками.
5.«Наклоны в стороны».
Сидя «по-турецки», наклониться в правую сторону, левая рука
над головой, правая рука сбоку в упоре, то же в другую сторону.
6.«Выгляни в окошко».
Сидя «по-турецки», сделать круглое «окошечко» с помощью рук. Движение головой вперёд-назад.
7.«Коснись ухом руки».
И.п. – то же. Движение головой вправо, влево.
8.«Цветок тянется к солнцу».
Сидя «по-турецки», ладони соединить на уровне лица. Медленно поднимать руки вверх и развести согнутыми в стороны так, чтобы локти смотрели вниз, а ладони вверх.
9.«Бумеранг». Лежа, завести ноги за голову.
10.«Стрела». Сидя «по-турецки», руки вверху, ладонь одной руки лежит на тыльной стороне другой руки, потянуться вверх.
Вот и закончилось наше путешествие! Наш поезд ждет нас…
Строимся
Ходьба по кругу, упражнения на дыхание
Итог занятия – оценка работы детей.
Где вы сегодня путешествовали?
Куда бы вы хотели отправиться в следующий раз?
Вот и окончилось наше путешествие. Нам понравилось путешествовать с вами, было очень интересно и весело. Вы сегодня были умными, быстрыми, ловкими, дружными. А теперь пришла пора прощаться и отправляться в группу.