**Тема: Занимайся физкультурой**

**Цель:**

- формировать осознанное желание заниматься физкультурой;

- совершенствовать двигательные навыки.

**Оборудование:** схемы "Знай свое тело", "Соблюдай правила гигиены", "Скажи "Нет" вредным привычкам", "Занимайся физкультурой ", куклы Неболейка и Хворайка, карточки со схематичным изображением человечков, выполняющих различные двигательные упражнения.

**Ход занятия**

**1. Организационный момент.**

- Доброе утро, ребята! Представьте, что вы волшебники и можете подарить и можете подарить своим друзьям заряд хорошего настроения весь день: дотроньтесь своей ладонью до ладони соседа, улыбнитесь друг к другу... И начнем наше занятие.

**2. Повторение материала**

- Каждый из вас дома придумывал рассказ о том, как мозг управляет каким-нибудь органом, некоторые даже нарисовали рисунки. Давайте послушаем ваши рассказы. (Рассказы детей и демонстрация рисунков)

**3. Беседа о пользе занятий физкультурой**

- Какие правила бережного отношения к здоровью вы знаете? (Знай свое тело, скажи "нет" вредным привычкам, соблюдай правило гигиены).

- Сегодня мы познакомимся с еще одним правилом: занимайся физкультурой (демонстрация схематического изображения)

- Что изображено на рисунке? Что делает человек? (Занимается физкультурой)

- Вы уже знаете о том, что занятия физическими упражнениями полезны для своего организма в целом и отдельных органов. Давайте вспомним, для каких органов этого полезно. (Для сердца, легких, головного мозга, мыщс и скелета).

- Вспомните упражнения, болезные для формирование хорошей осанки. ("Ваше величество", "Березонька" и др.).

- Покажите упражнения для различных мышц. (Дети демонстрируют упражнения для мышц шеи, туловища, рук и ног).

- Покажите упражнения, полезные для легких.

- Русский народ давно подметил, что физические нагрузки, упражнения и движение полезны для здоровья. Не зря же существует столько народных подвижных игр! Назовите игры, которые вы знаете. ("Горелки", "Золотые ворота", и др.).

**4. Игра "Повтори за человечком"**

Для игры необходим набор карточек с изображением человечков в разных позах. Ведущему предлагается выбрать карточку и изобразить то упражнение, которое делает человечек на рисунке. Остальные дети повторяют за ведущим.

**5. Закрепление**

- С каким правилом мы познакомились сегодня? Для чего его выполнять? Как вы думаете, Неболейка занимается физкультурой? А Хворайка? Согласны ли вы выполнять это правило? (Ответы детей)

**Домашнее задание**

- Придумайте несколько упражнений, которые должны будут повторить за вами ваши друзья.