**Конспект занятия по физической культуре в старшей группе.**

**Вид занятия:** Учебно-тренировочное.

**Тема: «Цветок здоровья»**

**Цель:** Способствоватьформированию у детей представление о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

* Способствовать повышению интереса у детей к физической культуре.
* Способствовать развитию координации движения и ориентировку в пространстве.
* Создание эмоционально-положительной атмосферы способствующей воспитанию у детей устойчивого интереса к своему здоровью.

**Словарная работа:**

* Обогащение словаря новыми словами: витамины, микроб.
* Активизация словаря: вправо, влево, прямо.

**Предварительная работа:** Проведение дидактических игр «Три дороги», «Найди нужный цвет», «Конструктор эмоций». Беседа с детьми о здоровом образе жизни.

**Средства:** Шары (диаметр 10-12см) по количеству детей, 3 обруча, кегли, скамейка, пеньки разной высоты. Кружки разных цветов (больпше-6щт, маленькие по количеству детей); красный, желтый, синий, зеленый, оранжевый, коричневый. Музыкальное сопровождение.

**Форма организации детей:**

* Количество детей: 18 человек;
* Место проведения: групповое помещение;
* Способ организации: учебно-тренировочное занятие.

**Способы:** Словесные способы: приветствие детей, чтение стихотворения о здоровье, объяснение правил игры, личный показ во время ОРУ.

Игровые приемы: построение игрового сюжета, проведение подвижных игр: «Витаминки», «Сладкий, кислый». Использование музыкального сопровождения во время проведения игр и ОРУ.

**Ход занятия.**

**Вступительное слово:**

**Воспитатель:** Здравствуйте ребята! Мне очень приятно видеть ваши светлые лица и добрые глаза. Я предлагаю начать наше общение с доброжелательной улыбки. Подарите свою улыбку соседу слева, затем справа, улыбнитесь мне, нашим гостям, и я улыбнусь вам в ответ.

**Воспитатель:** Говорят, есть волшебный цветок , цветок здоровья. Кто его найдет и понюхает, будет самым сильным, самым ловким, а главное самым здоровым человеком. Растет этот цветок в стране «Неболейка». Добраться до него нелегко. Как бы я хотела хоть раз понюхать этот волшебный цветок, чтобы всегда быть здоровой, А вы хотите?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Так, может быть, совершим это путешествие?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Тогда не будем терять времени - в путь! (Звучит музыка).

**I.Вводная часть**

Дети идут по залу, выполняя движения.

Ходьба на носках.

Ходьба на пятках, держа руки за головой.

Ходьба в полуприсяде.

Ходьба змейкой.

Бег.

Ходьба с выполнением дыхательного упражнения.

Дети стоят в одной шеренги. Воспитатель показывает таблички с указателями:

«Налево пойдешь - в сонное царство попадешь».

«Прямо пойдешь - здоровье найдешь».

«Направо пойдешь - гору сладостей найдешь».

**Воспитатель:** Какую дорогу вы выберите?

**Дети:** Мы пойдем прямо?

**Воспитатель:** А может, ляжете спать или конфет поедите?

**Дети:** Нет.

**Воспитатель:** Тогда вперед.

**II. Основная часть**

Дети строятся в три колонны.

**Общеразвивающие упражнения шарами (мячом)**

И, п.: основная стойка, мяч в правой руке. 1-2-руки в стороны, вверх, переложить мяч в левую руку; 3-4-опуститъ руки вниз, вернутся в исходное положение. То же левой рукой(5-7 раз).

И. п.: ноги на ширине ступни, мяч в правой руке. 1-2поднять в правую согнутую ногу, переложить под ней мяч в левую руку; 3-4-вернуться в исходное положение. Так же переложить мяч в правую руку (6раз).

И. п.: ноги на ширине ступни, мяч в правой руке. 1-присесть, руки вперед, переложить мяч в левую руку; 2вернуться в исходное положение(5-6раз).

И. п.: Стоя на коленях, сидя на пятках, мяч в правой руке. 1-3-прокатить мяч вправо от себя (по прямой); 4взять мяч, выпрямиться, переложить его в левую руку. Тоже влево (3-4раза).

И. п.: сидя, ноги вместе прямые, мяч лежит на стопах ног, руки в упоре сзади, 1-2поднять прямые ноги вверх, скатить мяч, поймать; 3-4вернуться в исходное положение. Выполняется в среднем темпе (5-6 раз).

И. п.: основная стойка, мяч в обеих руках внизу. Подбросить мяч и поймать (2-3 раза).

И. п.: основная стойка, мяч в правой руке. Прыжки на правой и левой ноге с поворотом вправо и влево на счет воспитателя 1-8 (3-5раз).

**Основные виды движений**

Пролезание боком не касаясь руками пола, подряд через три обруча, поставленных на расстояние 1м один от другого (2-3раза),

Прыжки через (пеньки) барьеры разной высоты с продвижением вперед.

Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками(хват рук с боков скамейки)-2-3 раза.

**Воспитатель:** Молодцы, все препятствия преодолели. Мне, кажется волшебный цветок «здоровья» уже совсем близко.

**Подвижная игра «Витаминки»**

Зал (организм человека). У детей круги разных цветов.

**Воспитатель:** Во время болезни вам мама дает витамины разных цветов, чтобы укрепить ваш организм, т. е убить микробы внутри вас. Эти витамины (круги) расположенных по залу. А я буду микроб. (Звучит музыка.) Вы витамины, находите свои цвета во время музыки, перестает музыка, микроб хочет вас заразить болезнью. Мы узнаем, кто же самый ловкий, быстрый, внимательный.

**Воспитатель:** Молодцы. Я, что-то чую. Это цветок «здоровья» распустился. Да не один, здесь целая поляна замечательных цветов. (Показывает цветы, сделанные из-под контейнеров киндер сюрприз, в которые вложены кусочки чеснока). Понюхайте, их! (Дети берут цветы, нюхают). Чем пахнут цветы здоровья?

**Дети:** Чесноком.

**Воспитатель:** Запах чеснока отпугивает эти чудесные цветы и ни один микроб к вам близко не подойдет.

**III. Заключительная часть**

Игра малой подвижности «Сладкий, кислый». Дети стоят в кругу передают мяч, называют любой предмет, например, апельсин. Дети мимикой лица показывают вкус апельсина.

**Рефлексия:**

**Воспитатель:** Ребята подскажите, что мы с вами искали? (ответы детей)

Чем пахнет цветок «Здоровья»? (ответы детей)

Что мы должны с вами делать, чтобы быть здоровыми? (ответы детей)

Чтоб здоровым, крепким быть,

Надо развиваться.

И для тела и души

Спортом заниматься.

Молодцы, ребята!