Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

 детский сад комбинированного вида «Золотой ключик».

 **Конспект открытого занятия по физической культуре**

 **" Выручаем Снеговика".**

 **(старший дошкольный возраст)**

 Подготовила и провела:

 Инструктор по физической культуре Короп Л.В.

 **р.п. Усть-Донецкий, 2022 г.**

**Цель:**

- обогащать и расширять знания детей о зиме, используя средства физической культуры,

- сформировать привычку к здоровому образу жизни, научить детей заботиться о своём здоровье. Развивать умение применять полученные знания на практике.

- развитие двигательных навыков у дошкольников

**Задачи:**

Образовательные :

- закреплять знания детей о ЗОЖ.

Развивающие :

- развивать ловкость, координацию движений;

- учить согласовывать речь с движениями;

- развивать внимание, память, воображение;

Воспитательные :

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью;

- воспитывать чувство любви к родной природе;

- формировать умение работать и играть в команде.

**Оборудование:**Скамейка,конусы,палка,елка,мольберт,гнездо,ведро,снежки,шишки,конверт с письмом, корзина.

 Ход занятия:
 Дети заходят в зал.

Инструктор ФК: Здравствуйте ребята, сегодня занятие по физической культуре проведу я, меня зовут Любовь Викторовна.
-Ребята сегодня когда я шла к вам, то обнаружила письмо. Хотите узнать от кого?
Узнать не сложно, вот вопрос,
Его слепили дети ловко,
Из снега сделали клубки.
Красный нос, в руках метелка.
Проживает рядом с елкой.....(Снеговик)
(читаю письмо от Снеговика).

-Здравствуйте дорогие дети, пишет вам Снеговик. 18 января у меня день рождение, я хотел прийти к вам в гости и попраздновать, повеселиться вместе с вами. Но, вот беда сорока , забрала и спрятала в лесу мой нос .Я очень расстроился . Простите, но без носа на праздник я к вам не смогу прийти, а мне так хотелось побывать у вас в гостях.

Инструктор ФК: Что же нам делать ребята? Снеговик останется без праздника? И мы не повеселимся с ним ?
(ответы детей: помочь найти нос морковь).
Инструктор ФК :Придется нам отправиться в путешествие. Дорога наша пойдет через зимний лес. Будем собираться в дорогу?
Дети: да!
Инструктор ФК: Только холодно сегодня, как бы нам ни заболеть. Как же нам одеться в дорогу?(правильно теплее).

**Тактильная игра-массаж «Собираемся в дорогу»**
Имитационнонадеваем штаны, носки, - легкое поглаживание  ног.Надеваем кофты, *–*поглаживание рук, живота.Надеваем сапоги*, –*поглаживание ног от пальцев до колена.Надеваем шапки, – поглаживание головы, легкий массаж, имитация завязывания.Застегиваем молнии  на куртках*,*– точечные движения от живота до шеи.Завязываем шарф *–*имитация завязывания.

Инструктор ФК: Вот мы с вами тепло оделись, теперь построимся друг за другом и отправляемся в путь. Направо!

**Имитационные упражнения "Мы шагаем по сугробам"**

- Вот и в путь мы собрались и в зимний лес отправились (ходьба)

- Ребята, а теперь одевайте скорее лыжи, дальше пойдем на лыжах, дружно встали и все вместе зашагали (ходьба скользя как на лыжах)

 - Ой, ребята, а впереди сугробы, мы на лыжах не пройдем, снимайте скорее, все вместе мы шагаем, выше ноги поднимаем (ходьба с высоким подниманием бедра)

- Посмотрите, кажется впереди лед, нам нужно легко-легко, тихонечко на носочках пройти (ходьба на носках).

 - А вот и снежок полетел, под ногами захрустел (ходьба на пятках)

 - Дети, а теперь опять сугробы, ну-ка вместе правым боком встали и зашагали приставным шагом. Вот и тропку протоптали,(ходьба приставным шагом правым боком).

 - А чтоб в сугроб не провалиться мы с вами быстро, быстро помчимся (бег).

 - А вот мы с вами по лесу гуляем, за природой наблюдаем (ходьба друг за другом)

 - Вот мы шли, шли, шли и в зимний лес пришли.

 Инструктор ФК: Ребята! Посмотрите по сторонам, как здесь красиво. Так это же "Заячья поляна".Ребята так хочется поиграть, повеселится здесь. А вам хочется поиграть?(ответ детей).

 **Игра** **«БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ»**

**Цель**: развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

**Ход** **игры:** из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы образуют «свой домик» (два зайца держаться за руки, создавая домик). Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой «домик»; К кому бездомный заяц встаёт спиной тот и становится водящим. Если охотник поймает, то меняются ролями.

**Правила**:

Охотник может ловить зайца только вне логова.

Пробегать зайцам через логово нельзя.

Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться.

Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать.

Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать.

 Инструктор ФК: Ребята мы с вами веселимся, играем, и совсем забыли, ведь мы с вами куда то шли. Куда? А зачем?
Инструктор ФК: Ну, что держим путь дальше?
Ребята мы с вами зашли в глубину дремучего леса. Посмотрите по сторонам, может, мы увидим дорогу по которой продолжим наш путь.
Инструктор ФК:
1.Ребята, смотрите впереди, овраг, как мы через него переберемся?(предложения детей).(Прыжки на двух ногах через "овраг").
2.Ой, ребята, а дальше нам нужно осторожно пройти по скользкому мостику.(Ходьба по скамейке).
3.А здесь ребята лисичка пробегала, хвостиком виляла и дорожку нам оставила.(Бег змейкой вокруг конусов).
Инструктор ФК: Молодцы! Мы с вами все препятствия преодолели. Ребята сколько здесь снега, так и хочется поиграть в снежки.
 "Игра-забава в снежки".
Подношу ведро со снежками. Сначала бросаем в друг друга. Затем предлагаю чтобы собрать снежки закинуть в корзину.
(В это время аккуратно ставлю елку, рассыпаю шишки).
Инструктор ФК: Дети какой чистый воздух в лесу, давайте отдохнем и подышим свежим воздухом. Садимся вокруг елочки, а ножки к елке. Давайте подышим носиком вдохнем, а ротиком выдохнем. А теперь возьмите каждый себе шишку, между ладошек зажмем и массаж начнем.(покатили шишки ладонями).(На дне ведра гнездо, аккуратно прячу).Дети кладут шишки в ведро.
Инструктор: Ребята давайте ляжем вместе на ковер, и закроем глазки, представим что мы лежим на снегу. А вы любите делать ангелочка? Поваляемся с боку на бок. Снежинки падают на лицо....(Пока дети лежат с закрытыми глазами открываю ветки елки где гнездо ).
Инструктор ФК: Все присядем и смахнем снежинки с глаз, с щек, мягко уберем снежок с рук и ног.

 Инструктор ФК: Дети, а давайте рассмотрим нашу елочку.(Находим гнездо, в нем нос морковь)
Ребята, а что это?(ответы детей).Правильно это нос Снеговика, так вот где сорока спрятала его у себя в гнезде. Ну чтобы нам вернутся нам нужно выйти из леса, поэтому одевайте лыжи и мы с вами отправляемся обратно в садик.
Ребята, а вы знаете на конверте есть обратный адрес! Давайте отправим Снеговику его нос.(запечатываем морковь).
Инструктор ФК: Ребята, вы такие молодцы! Не побоялись трудностей, и испытаний, вы сильные, ловкие, смелые. Спасибо вам! Теперь Снеговик будет очень рад и обязательно прейдет к вам в свой день рождения.