***Конспект итогового физкультурного занятия в подготовительной к школе группе***

Составила: инструктор по физической культуре

Степанова Алёна Сергеевна

**Цель:** совершенствовать двигательные умения и навыки детей, выявить уровень усвоения программного материала образовательной области «Физическое развитие».

**Задачи:**

*Обучающие*: закрепление различных видов ходьбы и бега. Совершенствовать умения детей в ползание-подтягивание лёжа на животе по гимнастической скамейке, в прыжках в длину с места, в метании мешочков в цель и отбивание мяча об пол одной рукой.

Закреплять умение выполнять строевые упражнения (повороты направо-налево, расчет на 1-2).

*Развивающие*: развивать быстроту, ловкость, силу, меткость, координацию движений.

*Воспитательные:* воспитывать интерес к занятиям физкультурой и выполнению более разнообразных и сложных движений, приучать детей к дисциплине.

**Оборудование:** картинки с изображением ОВД, гимнастические палки на каждого ребенка, мешочки для метания, 2 цели для метания, 2 гимнастических скамейки, 2 гимнастических мата, мячи на каждого ребёнка, кольца.

**Форма работы с детьми:** совместная деятельность, фронтальная, групповая, индивидуальная.

**Методические приёмы:**

*Словесный* (вопросы - ответы, объяснение действия, поощрение, уточнение)

*Наглядный* (показ упражнения и действия).

*Игровой* (подвижная игра «Пчёлка», малоподвижная игра в ходьбе – «Замри», «Поворот»

Практический (непосредственная деятельность детей). Наблюдение за работой детей, советы.

**Место проведения:** физкультурный зал.

Ход занятия

**I Вводная часть.**

*Дети заходят в спортивный зал под веселую музыку и строятся в шеренгу.*

Инструктор: Группа, равняйсь! Смирно! Здравствуйте, ребята!

Нам пришло письмо, но откуда вы узнаете, когда отгадаете загадку:

*Стоит высокий, светлый дом,*

*Ребят проворных много в нем.*

*Там пишут и считают,*

*Рисуют и читают.*

*Что это за дом?*

-Правильно, это школа.

Вы в садик ходили целых 5 лет, и выросли, стали сильными, умными, красивыми.

Нам из школы прислали 3 конверта с заданиями, чтобы вас приняли в школу, вам надо выполнить их.

**Открываем первый конверт.**

 Инструктор: Покажите как вы умеете выполнять разминку.

-Готовы?

- Направо! Один за одним в колонне марш!

Ходьба четким шагом. ( 0,5 круга).

Ходьба по кочкам и между конусами.

Ходьба на носках, руки вверх. (0,5круга)

Ходьба высоко поднимая колени, руки на поясе. (0,5круга )

Ходьба на пятках, руки на поясе. ( 0,5круга)

Ходьба с высоким подниманием колени (0,5круга)

Ходьба в глубоком присяде (0,5круга)

Бег в среднем темпе (1 круг)

Бег с захлёстом голени назад (0,5круга)

Бег приставным шагом (0,5круга)

Бег в среднем темпе (0,5круга)

Ходьба обычная. (0,5круга).

Дыхательное упражнение

*Перестроение в 3колонны по команде*

 -Берем в руки гимнастические палки из корзины. В три колонны через центр на вытянутые руки – марш!»

**II Основная часть.**

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. И. п.— стоя, ноги ввместе, палка вниз.

1—правую ногу назад на носок, палку вперед;

2 —вернуться в исходное положение. То же левой ногой. (6- раз)

2. И. п.— стоя, ноги врозь, палка вниз.

1—2 —поворот туловища вправо, руки прямые, колени не сгибать;

3—4 — вернуться в исходное положение. То же влево. (6-7раз)

3. И. п. —сидя, ноги врозь, палка на коленях.

1—палку вверх; 2-наклон вперед к правой ноге, коснуться носка;

3 — выпрямиться, палку вверх; 4 —вернуться в исходное положение.

То же к левой ногой (6-7раз)

4. И. п.— лежа на спине, палка в прямых руках за головой.

1-поднять правую прямую ногу вверх-вперед, коснуться палкой голени ноги;

2 —вернуться в исходное положение. То же левой ногой. (6-7раз)

5.И. п.— основная стойка, палка вниз.

1 —палку вверх, руки прямые; 2 —присесть, палку вынести вперед;

3 —выпрямиться, палку вверх; 4 —вернуться в исходное положение. (6-7раз)

6. И. п. — основная стойка, палка вниз.

1.—прыжком ноги врозь палку вверх;

2-вернуться в исходное положение.

Выполняется под счет воспитателя 1-8, затем небольшая пауза и снова прыжки.

Повторить 2—3 раза.

Восстановление дыхания.

Дыхательная гимнастика «Подуй на одуванчик»

 *Далее дети за направляющим перестраиваются в колону по одному и оставляют в корзине гимнастические палки.*

**Открываем 2 конверт.**

-Покажите как вы умеете выполнять основные виды движений такие как: (показываю картинки)

- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.

- Прыжок в длину с места.

- Метание мешочков в цель.

- Отбивание мяча об пол одной рукой.

-Выполнять упражнения мы будем по подгруппам. На 1-2 рассчитайсь.

-Направо! Колоны сомкнули.

-Первая подгруппа будут выполнять метание мешочков в цель.

(Основное внимание уделяется правильному исходному положению. При метании правой рукой , надо отвести правую руку с мешочком за голову, левая нога впереди ,правая нога отставлена назад и чуть согнута в колене и энергичному замаху.)

-Вторая подгруппа будут выполнять ползание-подтягивание лёжа на животе по гимнастической скамейке и прыжок в длину с места.

( При подтягивании руки назад выпрямлять полностью. При прыжке в длину с места энергично отталкиваемся от пола, используя взмах рук. )

*Дети расходятся по местам для выполнения ОВД*

По сигналу инструктора дети заканчивают ОВД.

Инструктор: Следующее упражнение с мячами. Возьмите по одному мячу и разойдитесь по залу.

-Сейчас мы будем отбивать мяч о пол одной рукой.

*Дети выполняют работу с мячами.*

*По сигналу инструктора дети заканчивают ОВД.*

**Открываем 3 конверт.**

Инструктор: Покажите как вы умеете играть.

-Ребята, давайте поиграем в игру «Пчёлка»

Подвижная игра **«ПЧЁЛКА»**

Играющие идут по внешнему кругу из колец, говоря:

*Только солнышко проснется –*

*Пчелка кружит, пчелка вьется*

*Над цветами, над травою*

*Сладкий сок домой несет,*

*Чтобы сделать свежий мед.*

Дети имитируют движения пчелы. С последними словами ребята стараются занять любое кольцо «домик». Пчелка, оставшаяся без домика, обходит кольца и, выбрав какого-либо игрока, обращается к нему со словами:

*Не в свой дом влетел дружок. Это мой теремок.*

После этих слов хозяин выбегает из домика и бежит по внешней стороне круга из обручей в одну сторону, пчелка – в противоположную. Тот, кто первым обежит круг, занимает домик и остается в нем. Игра повторяется.

*Дыхательная гимнастика*

**III. Заключительная часть.**

- Молодцы! Вы сегодня хорошо занимались, и весело играли, конечно, вы готовы к школе и будете хорошими учениками. Кто считает, что готов идти в школу – возьмите веселого человечка, а еще не совсем готов к школе – возьмите задумчивого человечка.