Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 4»Ласточка»

**Конспект открытого занятия**

**по физическому воспитанию**

**Путешествие в «Страну Защитников Отечества»**

 Подготовил и провел

 инструктор по физической культуре:

 Морозова Н.В.

г Красный Холм

2024г.

Задачи:

Образовательные:

1. Упражнять детей в ходьбе и беге.

2. Развивать ритм и темп движений.

3. Продолжать учить ходить в колонне по одному.

4. Формировать правильную осанку во время ходьбы.

5. Выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе.

6. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом.

7. Закреплять умение в ползании через тоннель.

8. Упражнять в прыжках из обруча в обруч.

9. Упражнять в перекатывание всем телом по мату.

10. Добиваться уверенного и активного выполнения основных движений.

11. Учить действовать по сигналу воспитателя во время игры.

Развивающие:

1. Развивать гибкость, пластику при выполнении общеразвивающих упражнениях.

2. Совершенствовать двигательные навыки и физические качества.

3. Развивать познавательный интерес к своему здоровью.

Воспитательные:

1.Воспитывать гордость и уважение к своей стране, армии и Защитникам Отечества.

2. Приобщать к регулярным занятиям физической культурой.

3. Воспитывать морально – волевые качества: выдержку, уверенность в себе.

4. Воспитывать настойчивость в достижении положительных результатов.

5. Продолжать формировать эмоционально положительное отношение и интерес к движениям.

Предварительная работа:

Беседа на тему: «23 февраля, День Защитника Отечества», рассматривание картинок на данную тему, изготовление медалей для игр, Д/и «Разрезные картинки»

Оборудование:

Аудиозаписи «Аты – баты», «Марш», обручи, парашют, разрезные картинки на тему «Военные», медали, гимнастическая скамейка, тоннель, гимнастический мат, «смайлики» (для определения настроения).

Ход занятия

**Вводная часть**

Дети входят в зал под спортивный марш.

Построение в шеренгу

**Инструктор**:

Здравствуйте ребята, скажите, пожалуйста, какой праздник скоро будет отмечать вся страна?

Правильно. 23 Февраля. День Защитника Отечества. Сегодня мы посвящаем  наше занятие военным, солдатам нашей Армии. Ребята, а кто такие Защитники Отечества? (ответы)

И я вам сегодня предлагаю отправиться в увлекательное путешествие в «Страну Защитников Отечества. » Вы готовы? А полетим мы в наше путешествие на самолете. Приготовились, взлетаем!

(Звук самолета)

Ну вот, ребята мы с вами и приземлились в «Страну Защитников Отечества» (Слайд 2)

- Как вы думаете, чтобы стать солдатом, каким надо быть человеком? Правильно ребята, надо быть  физически подготовленным (Слайд 3), натренированным ( слайд 4), сильным (Слайд 5) и главное смелым.( Слайд6)

Сегодня мы с вами посмотрим, а можем ли мы стать солдатами.

**Инструктор:** Равняйсь, смирно. Направо. В обход по залу, шагом марш;

 Руки на поясе, ходьба на носочках;

Руки за голову, Ходьба на пяточках;

Ходьба пяточка к носочку;

Бег в колоне по одному;

Бег с переменой направления по сигналу;

Бег правым боком приставным шагом;

Бег левым боком приставным шагом;

Ходьба с восстановлением дыхания.

Ходьба с высоким подниманием колен;

Ходьба « Гусиным шагом*»*

Ходьба с пролезанием в обруч;

Ходьба с восстановлением дыхания.

Группа на построение.

На первый, второй, рассчитайсь.

 **ОРУ «Солдаты»**

**1 упражнение «Мы сильные»**

И. п. : о. с., руки вдоль туловища.

1-руки к плечам, пальцы в кулачки 2- руки вверх пальчики выпрямить в ладошку. 3 - руки к плечам, пальцы в кулачки 4-и. п. **4 раза**

**2 упражнение «Моряки плывут»**

И. п. : о. с., руки перед собой.

1-4- гребля руками.  **повтор 2 раза**

**3 упражнение «Бинокль»**

И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс.

1-встать на носки, поднести руки «бинокль» к глазам. 2-опуститься, руки на пояс, И. П. **по 3 раза в каждую сторону**

**4 упражнение «В окопе»**

И. П. : о. с., руки вдоль туловища.

1-присели, голову наклонить вперед, руками обхватить голову. 2-встать, руки опустить, И. П. **4 приседания**

**5 упражнение «Через ямку»**

Прыжки на двух ногах  **по 4 прыжка повтор 2 раза**

**6.Упражнение . на восстановление дыхания**

**По 3 вдоха и выдох ,темп медленный.**

 **Основная часть**

**Инструктор**: - На этом наша разминка закончилась, и сейчас я приглашаю вас немного отдохнуть. Но отдых наш будет не простой, вот для вас приготовлены конвертики, в каждом конверте - разрезные картинки, ваша задача собрать правильно картинку и рассказать что или кто на ней изображен. Но прежде чем приступить к заданию мы с вами сделаем пальчиковую гимнастику «В тёмном небе звезды светят»

 Расскажите, пожалуйста, кто у вас изображен? Как вы это понял (и)

 Просмотр слайдов ( слайды 8, 9 , 10, 11)

- Молодцы вы все хорошо справились с заданием, и теперь нам надо закрепить наши знания и поиграть в игру *«ЛЕТАЕТ, ПЛАВАЕТ, ШАГАЕТ»*

**Инструктор**: Перед вами лежат медальки, они разного цвета. Оденьте их на шею.

Сейчас каждый из вас под музыку будет выполнять движения соответствующие определенному роду войск.

У кого голубая медаль – будут моряками,

У кого коричневая медаль – будут танкистами,

Синяя медаль – летчики,

И зеленая медаль - пограничники.

Моряки – плавают *(имитация движения – плавание)*

Танкисты – руки в замок, вперед (изображаем пушку, ходьба по залу.)

Летчики – имитируют летающий самолет, руки в стороны, бег по залу.

Пограничники – (маршируют.)

Инструктор: Вы все отлично справились с поставленной задачей

**Инструктор**: Каждый солдат обязан быть сильным, смелым, выносливым. И сейчас мы посмотрим, какие вы выносливые, сильные смелые и быстрые.

Равняйсь, смирно, направо. Ходьба в колонне по одному по центру зала.

Перед вами препятствие, которое вы должны пройти.

**ОВД**

«Переправа с одного берега на другой»

 Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом.

2. «Пройти пещеру»

 Пролезание через тоннель – трубу

«Перейти болото с кочки на кочку»

Прыжки из обруча в обруч.

4.  «Перекати поле»

Упражнение « Брёвнышко». Перекат по мату.

Инструктор: Мы закончили нашу тренировку.

III Заключительная часть

**Инструктор**: в шеренгу становись. Вот какие мы смелые, не испугались тяжелых заданий и все выполнили правильно.

Предлагаю вам поиграть в игру с парашютом.

П/и *«*Парашют*»*

Возьмите наш парашют, и встаньте так, чтобы у каждого из вас был свой цвет.

Мы будем поднимать парашют, и произносить следующие слова:

Раз, два, три, синий цвет лети!

И когда я назову цвет, те дети, которые его держат, должны успеть поменяться местами между собой.

**Инструктор**: А сейчас я предлагаю вам отдохнуть и устроить привал, давайте расстелем парашют и присядем в круг. А чтобы время зря нам не терять мы послушаем стихотворение и проверим вашу внимательность, если вы услышите слово обозначающее военные специальности (профессию, будете хлопать в ладоши) .

ВСЕ НА ПОСТУ…

Пограничник на границе

Нашу землю стережет,

Чтоб работать и учиться

Мог спокойно наш народ.

Охраняет наше море

Славный, доблестный моряк.

Гордо реет на линкоре

Наш родной российский флаг.

Наши летчики-герои

Небо зорко стерегут.

Наши летчики-герои

Охраняют мирный труд.

Наша армия родная

Стережет покой страны,

Чтоб росли мы, бед не зная,

Чтобы не было войны.

**Инструктор**: Молодцы. Ну, что пришла пора нам возвращаться в наш любимый детский сад. Приготовились к взлёту. Полетели!

Вот мы с вами и вернулись.

Мне очень интересно, с каким вы настроением будете выходить из зала, поднимите смайлик с тем настроением, которое у вас сейчас.

…., почему у тебя такое настроение, что именно тебе понравилось.

Наше занятие окончено. Дети возвращаются в группу.