**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Тацинский детский сад «Солнышко»**

**Конспект открытого физкультурного занятия**

**в разновозрастной группе**

 **Воспитатель: Юдина Н.И.**

**ст. Тацинская**

**2021г.**

**Задачи**. Упражнять детей в непрерывном беге; в ползанье по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре и прыжках с ноги на ногу; повторить задания прыжках с мячом.

**1часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равновесия, построение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе продолжительностью до1 минуты (с изменением направления движения); ходьба и бег в рассыпную.

**2часть. Общеразвивающие упражнения.**

**1И.п.-** основная стойка, руки вдоль туловища.1- шаг правой ногой вправо, руки в стороны;2**-** вернуться в исходное положение. Тоже в лево.(6раз).

**2И.п**.- ноги слегка расставлены, руки на пояс. На счет 1-3- пружинистые приседания, руки вперед; 4- вернуться в исходное положение.(5-6раз).

**3И.п**.- стойка ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.1-руки согнуть перед грудью; 2-поворот в вправо руки в стороны, 3- руки перед грудью; 4- вернуться в исходное положение. То же в лево.(6-8раз).

**4И.п.-** основная стойка, руки на пояс.1-поднять прямую правую ногу, хлопнуть под коленом в ладоши; 2-вернуться в исходное положение. Тоже левой.(6-7раз).

**5И.п.-**стойка в упоре на коленях, руки на пояс.1-2 сесть справа на правое бедро, прямые руки вперед; 3-4- вернуться в исходное положение. То же влево.(6-8раз).

**6.И.п.** сидя ноги врозь, руки на поясе 1-руки в стороны;2-наклон вперед, коснуться правой (левой ноги); выпрямиться, руки в стороны; 4- вернуться в исходное положение. (6-7 раз).

**7.И.п.-** основная стойка руки произвольно. Прыжки на правой и левой ноге попеременно под счет воспитателя.

**Основные виды движений.**

**1.**Ползание по гимнастической скамейке равномерным способом.

**2.**Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе (или на поясе), приставляя пятку одной ноги к носку другой в среднем темпе (2-3 раза).

**3.**Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места(дистанция 6м),2-3раза.

**4.**Отбивание мяча в ходьбе (на расстоянии 8м)

Первая группа под наблюдением воспитателя выполняет ползанье по гимнастической скамейке. Вторая группа в это время упражняется в ведении мяча одной рукой от исходной линии до обозначенного места. Упражнение проводится поточно двумя колоннами с небольшой дистанцией между колоннами. Возращение в колонну шагом с мячом с внешней стороны зала во избежание травм.

После того как дети выполнят ползание по 2 раза, воспитатель подает сигнал к смене заданий. Упражнения в равновесии и прыжках проводится двумя колоннами поточно.

Подвижная игра «Гуси -лебеди».

**3часть.**Ходьба в колонне по одному

**Самоанализ физкультурного занятия согласно ФГОС в старшей группе.**

Физкультурное занятие было проведено с детьми разновозрастной группы, возраст детейот 3-7. В группе 12 человек.

Цель занятия: развитие у детей позитивного, ценностного отношения к собственному здоровью

Программное содержание занятия соответствует возрасту и развитию детей старшей группы программы дошкольного образования *«От рождения до школы»*

под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. Цели и задачи
занятия соответствуют содержанию, сформулированы с учетом образовательных областей.
Санитарно-гигиенические условия организации занятия соответствуют требованиям СанПин: помещение было заранее проветрено, освещение достаточное, использовалось все пространство физкультурного зала, травмоопасные материалы в ходе занятия не использовались, техника безопасности соблюдалась, была учтена общая моторная плотность занятия. Дети были одеты в облегченную спортивную одежду, удобную обувь.

Занятие состояло из трех частей: вводная, основная и заключительная. Длительность занятия – 25 минут. При планировании занятия были учтены возрастные и индивидуальные особенности детей. Время занятия распределено рационально, было продумано использование необходимого физкультурного оборудования.