

**Конспект совместной познавательной-игровой деятельности «В стране здоровячков»
(физкультурно-оздоровительное направление)**

Задачи. Повторить ходьбу и бег врассыпную; упражнять в подлезании под шнур и сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.

1-я часть. Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную по всему залу, бег врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.

2-я часть. *Общеразвивающие упражнения.*

1. И. п. – ноги слегка расставлены, руки за спиной. Руки вынести вперед, хлопнуть в ладоши; убрать руки за спину, вернуться в исходное положение (4–5 раз).

2. И. п. – ноги на ширине плеч, руки за спиной. Руки в стороны, наклон вперед, коснуться пальцами рук пола: выпрямиться, руки в стороны, вернуться в исходное положение (4 раза).

3. И. п. – ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклон вправо (влево); выпрямиться, вернуться в исходное положение (по 3 раза).

4. И. п. – ноги на ширине ступни, руки произвольно. Прыжки на двух ногах на месте на счет 1–8. Повторить 2–3 раза в чередовании с небольшой паузой.

Основные виды движений.

Лазание «Не задень». На две стойки натянуты шнур на высоте 40 см от пола. Дети встают перед шнуром в шеренгу, приседают, сгруппировываются в комочек, «как воробышки», и подлезают под шнур, стараясь не задеть его, поднимаются и хлопают в ладоши над головой, поворачиваются кругом и повторяют задание (4–5 раз).

Равновесие «Лошадки». Набивные мячи выложены в две параллельные линии (по 5–6 штук) на расстоянии 1–2 шагов ребенка (30–60 см). Дети – «лошадки». Двумя колоннами выполняют ходьбу с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, оттягивая носок (руки на поясе, спина прямая). Выполняется поточным способом 2–3 раза.

Подвижная игра «Поймай комара».

3 часть. Игра малой подвижности.