

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

**Задачи.** Развивать реакцию на действия, водящего в игровом задании; упражнять в прыжках в длину с места; повторить бросание мяча на дальность.

**1-я часть.** "Береги кубик". Дети становятся по кругу, слегка расставив ноги, руки за спиной. У ног каждого ребенка на полу один кубик. Водящий находится в центре круга и по сигналу воспитателя: "Возьми кубик!" – водящий приближается к детям, стараясь взять кубики или дотронуться до него. Те, в свою очередь, приседают, закрывая кубик руками. Водящий уходит, и ребенок быстро встает. По окончании игры подсчитывают количество тех, кто не успел защитить свой кубик. Игра повторяется с другим водящим.

**2-я часть.** Общеразвивающие упражнения с кубиком.

1. И. п. – ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. Поднять руки через стороны вверх, переложить кубик в левую руку, опустить, опустить руки. То же, переложить кубик в правую руку, вернуться в исходное положение (4 раза).

2. И. п. – ноги на ширине плеч, кубик в правой руке. Наклониться, положить кубик на пол, выпрямиться; наклониться, взять кубик левой рукой, выпрямиться. То же с кубиком в левой руке (4–5 раз).

3. И. п. – сидя, ноги скрестно, кубик в правой руке. Поворот вправо, положить кубик позади у пятки правой ноги, выпрямиться, руки на пояс; поворот вправо, взять кубик, вернуться в исходное положение. То же влево.

4. И. п. – ноги слегка расставлены, кубик на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кубика в обе стороны в чередовании с небольшой паузой.

Основные виды движений.

**Прыжки.** Воспитатель предлагает занять исходное положение перед "ручейком" (ширина 30 см) всей группой (если группа большая, то задание выполняется небольшими подгруппами). Дети подходят к шнуру, слегка расставляют ноги, сгибают колени и по сигналу: "Прыгнули!" – перепрыгивают через "ручеек" (обозначенный двумя шнурами) и приземляются на полусогнутые ноги. Дети поворачиваются кругом и повторяют прыжки 4–6 раз. Воспитатель обращает внимание, чтобы дети приземлялись на полусогнутые ноги – "мягкие лапки".

**Бросание мячей "Кто дальше!".** Воспитатель убирает один шнур, второй шнур будет служить исходной линией для построения. Дети берут по одному мячу из короба и занимают исходное положение у шнура в одной шеренге. Задание: бросить мяч двумя руками из-за головы энергичным движением вперед-вдаль. Исходное положение – стойка ноги врозь. По сигналу воспитателя дети бросают мяч, а затем бегут за ним (несколько раз).

Подвижная игра "Кролики и сторож".

**3-я часть.** Ходьба в колонне по одному.