

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

Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; повторить лазание под шнур; развивать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опор

1-я часть. Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному. На одной стороне зала поставлены кубики на расстоянии 0,5 м один от другого (5–6 шт.). На другой стороне зала положены набивные мячи на расстоянии 1 м один от другого. Предлагается пройти между кубиками и выполнить бег между мячами, ходьба и бег чередуются.

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

1. И. п. – ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. Кубики в стороны, кубики вверх, кубики в стороны и вернуться в исходное положение (4 раза).

2. И. п. – ноги на ширине ступни, кубики в согнутых руках у плеч. Присесть, положить кубики на пол. Встать, руки на пояс, присесть, взять кубики. Встать, вернуться в исходное положение (3–4 раза).

3. И. п. – ноги на ширине плеч, руки в согнутых руках у плеч. Поворот вправо (влево), отвести правую (левую) руку в сторону. Вернуться в исходное положение (по 3 раза).

4. И. п. – сидя, ноги врозь, кубики у плеч. Наклон вперед, положить кубики у носков ног; выпрямиться, руки на пояс; наклониться, взять кубик; вернуться в исходное положение (4 раза).

5. И. п. – ноги слегка расставлены, руки произвольно, кубики на полу. Прыжки вокруг кубиков в обе стороны.

Основные виды движений.

Лазание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола.

Воспитатель ставит две стойки и натягивает шнур, затем кладет две доски параллельно друг другу. На доски ставятся кубики (несколько штук), на расстоянии двух шагов ребенка. Сначала одна группа детей выполняет ползание: подойти к шнуру, присесть на корточки и пройти под шнуром, не задевая его (несколько раз). Затем дети выполняют ходьбу по доске, перешагивая через кубики (2 раза).

Ребята садятся на скамейки, и вторая группа приступает к выполнению задания. Если группа малочисленна, то все дети одновременно выполняют задание.

Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки».

3-я часть. Ходьба в колонне по одному.