*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение*

*«Детский сад «Ручеек» с. Рыткучи»*

***КОНСПЕКТ***

***открытого физкультурного занятия с использованием***

***нестандартного оборудования***

***(для детей средней группы)***

 Составила: руководитель физического воспитания

 Евур Ольга Ивановна

 с. Рыткучи, 2022 г.

**Задачи**

Оздоровительные:

- содействовать укреплению мышц стопы;

- обеспечивать тренировку правильного носового дыхания.

Образовательные:

- формировать навыки прыжков на одной ноге, добиваясь сильного отталкивания; метания в движущуюся цель облегченных предметов в игре «Снежки»; подбрасывания и ловли облегченных предметов с хлопком и без;

- развивать двигательное воображение, учить создавать новые формы движений, обогащать двигательный опыт.

Воспитательные:

- приобщать к регулярным занятиям физкультурой; развивать творческие способности в придумывании упражнений;

- продолжать формировать эмоционально положительное отношение и интерес к движениям.

**Материалы:** бумажные салфетки для каждого ребенка, игрушечные грибочки разных размеров, обручи – 2 шт., аудиозаписи.

**1 часть.**

**Руководитель физического воспитания.** Ребята, отгадайте загадку.

Он пушистый, серебристый,

Но рукой его не тронь:

Станет капелькою чистой,

Как поймаешь на ладонь. (Снег)

Правильно, это снег. А я вам принесла предмет, который тоже чем – то похож на снег. Это такие салфетки. Посмотрите, если их подбросить, они тоже опускаются на землю легко и плавно. Вот с таким интересным предметом мы с вами будем заниматься. Возьмите каждый по одной салфетке и подбросьте ее. Посмотрите, как она плавно опускается. (2-3р.) А теперь пусть эти салфетки лежат на полу, а мы с вами пойдем по ним, как по снегу.

Построение в колонну. Ходьба в колонне по одному (25 с). Ходьба на носочках, руки вверх; на пятках, руки за спиной; на внешней стороне стопы (35 с).

Игровое упражнение «танцующие мишки»: стоя на внешней стороне стопы, поднять правую ногу вперед, поставить ее, затем левую (20 с).

Игровое упражнение «покачиваемся»: стоя, ноги вместе, встать на носочки одновременно обеими ногами, затем перекатиться на пятки (20 с).

Бег со сменой направления: игровое упражнение «ветер» (30 с).

Бег врассыпную, с последующим нахождением места при ходьбе в колонне по одному (30 с).

Дети расходятся врассыпную по всему залу и находят свободное место.

**2 часть.**

Упражнения с бумажными салфетками:

- положи развернутую салфетку на ладонь и сдуй ее (5-6 раз);

- положи развернутую салфетку на ладонь, подбрось ее и поймай (7 раз);

- сидя на полу, руки в упоре сзади. Пальцами одной ноги поднять салфетку с пола, помахать ею, затем другой ногой (4-6 раз каждой ногой);

- сидя на полу, руки в упоре сзади, пальцами ноги поднять салфетку и переложить в другую ногу (4-6 раз каждой ногой);

- стоя, взять салфетку пальцами ноги и попрыгать на одной ноге, затем поменять ногу (4-6 раз каждой ногой).

**Руководитель физического воспитания.** А теперь вы придумайте любое упражнение с салфеткой, а мы все попробуем его выполнить.

*Дети предлагают.*

Скажите, а из снега что можно сделать?

*Дети отвечают.*

А я предлагаю сделать снежные комочки.

Игровое упражнение «сдуй комочек с ладони» (4-5 раз).

Подбрасывание комочка вверх и ловля его двумя руками (6-7 раз).

Подбрасывание комочка вверх с хлопком перед собой и ловля его (5-6 раз).

**Подвижная игра «Снежки»**

Зал делится веревкой на две части, с одной стороны мальчики, с другой стороны – девочки. По первому сигналу дети начинают бросать комочки в сторону соперников, по второму – игра останавливается. Дети считают количество комочков со своей стороны. У кого оказывается меньше, та сторона и выиграла (3-4 раза).

**Игра – аттракцион «Собери игрушки».**

Дети делятся на две команды. С двух сторон кладутся обручи, по всему залу разбрасываются игрушки: маленькие грибочки. Каждая команда собирает игрушки в свой обруч. Условие: собирать игрушки пальцами ног (2-3 раза).

**3 часть.**

Игра малой подвижности «Передай салфетку». Дети садятся по кругу, берут салфетку ногами и передают ее другому по кругу.

Носовая дыхательная гимнастика под музыкальное сопровождение:

- плотно сжать губы, равномерно и спокойно дышать обеими ноздрями в течение 30-60 секунд;

- плотно сжать губы, прижать правую ноздрю к носовой перегородке указательным пальцем правой руки и равномерно и спокойно дышать в течение 30-60 секунд;

- повторить первое упражнение;

- плотно сжать губы, прижать левую ноздрю к носовой перегородке указательным пальцем левой руки и равномерно и спокойно дышать в течение 30-60 секунд;

- повторить первое упражнение.

*Построение в колонну, ходьба в колонне по одному.*

*Дети уходят в группу.*