

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №17 «Журавушка»

Конспект открытого занятия по физической культуре

**в подготовительной группе №9
«Юные спортсмены».**

Подготовила инструктор по физической культуре:

Лазарева У.В.

г. Коломна

2018г.

	палок ,берут по одной гимнастической палки.		
ору	<p>Перестроение в три колонны марш! (через середину по три,марш)</p> <p>ОРУ с гимнастическими палками:</p> <ol style="list-style-type: none"> И. п. ноги на ширине ступни, палка внизу, хват сверху. 1 – правую назад на носок, руки вверх.2 – и. п. 3 – 4 тоже с др. ноги. И. п. ноги на ширине плеч, палка у груди, хват сверху. 1 – руки вперед, 2-палка за голову, 3 – руки вперед, 4-и. п. И. п. стойка ноги на ширине плеч, палка за головой. 1-2 – поворот корпуса вправо, 3-4 – поворот влево. И. п. тоже.1 – присед, палка вперед, 2 – и. п. 3-4 – тоже. И. п. сидя, ноги вместе, хват посередине палки. 1-4 – передвижение вперед с круговыми движениями палки вперед. 5-8 – передвижение назад. И. п. лежа на спине, палкаверху.1-2 – поднять палку вверх коснутся ногами палки.3-4 – и. п. И. п. о. с. палка внизу, хватом сверху.1 – прыжком ноги врозь, палка вверх.2 – и. п. 3-4 – тоже. <p>Перестроение в одну колонну марш!</p>	<p>7-8 раз</p> <p>7-8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>5-6 раз</p> <p>7-8 раз</p> <p>8 раз</p>	<p>Размыкаемся на вытянутые руки вперед</p> <p>Прогнуться в спине.</p> <p>Спина прямая.</p> <p>Поворачивается только корпус.</p> <p>Спина прямая. Не сутулиться.</p> <p>Ноги не сгибать.</p> <p>Прыгать на носках.</p>
Основная часть 17-20 мин.	<p>Основные виды движений:</p> <ol style="list-style-type: none"> Сегодня мы познакомимся с новым спортивным снарядом и выполним одно из упражнений бросок в корзину снизу в верх ,а вот чем 	2-3 раза	Следить за правильностью выполнения.Стараться попасть метко в цель.

	<p>догадаться нужно послушав мою загадку(загадка)про теннисный мяч. (Фронтальным способом)ВЫПОЛНЯЕТСЯ ПОКАЗ ИНСТРУКТОРА после чего дети рассчитываются на 1-2 и пробуют сделать упражнение 2-3 раза</p> <p>(расчет на 1-2) Перестроение в две колонны. 3</p> <p>2. Ходьба по скамейке с мешочком на голове (руки на поясе)</p>	<p>2-3 раза</p> <p>2-3 раза</p>	<p>Прыжки только на правой (левой) ноге. Стараемся не задеть кегли.</p> <p>Спина прямая, руки прямые.</p>
<p>Заключительная часть 3 мин.</p>	<p>игра «Мяч водящему» Дети образуют круги по 6-7челове, в центре круга водящий с мячом. Водящий поочередно передает мяч играющим под музыку, те передают его обратно музыка заканчивается , у кого остается мяч тот и водящий. Построение в одну шеренгу. Подведение итогов.</p>	<p>2-3 раза</p>	<p>Передачу мяч выполнять быстро и точно.</p>

Вводная часть.

Основная часть.

Заключительная часть.