**Конспект физкультурного занятия с использованием здоровьесберегающих и ИКТ технологий в старшей группе:  
«Зимний лес полон сказок и чудес»**

**Цель:** формирование двигательных умений и навыков, физических качеств ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностями в движении.

**Образовательные задачи**:

- обучать лазанью на гимнастическую стенку не пропуская реек;

- упражнять детей в различных видах ходьбы, беге с изменением направления движения;

- формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры с перешагиванием через предметы; упражнять в прыжках на двух ногах между предметами, лазанье на гимнастическую стенку;

- закрепить технику выполнения игрового массажа.

**Развивающие задачи**:

- развивать быстроту, ловкость, выносливость, равновесие, внимание, умение ориентироваться в пространстве, владеть своим телом и управлять движениями;

- формировать правильную осанку в упражнениях в равновесии;

- продолжать развивать умение выразительно, согласованно и ритмично выполнять движения под музыку, умение чувствовать характер музыки.

**Воспитательные задачи:** воспитывать познавательный интерес к занятиям физкультурой, дружеские взаимоотношения; поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность; создавать положительный эмоциональный настрой, радостное настроение от совместной деятельности.

**Методические приемы**: игровая мотивация, беседа, объяснение, показ, музыкальное сопровождение, сюрпризный момент, ММ презентация.

**Предварительная работа:** рисование «Зимнего леса» на занятиях по рисованию, разучивание музыкально-ритмической композиции «Ай заинька, ай серенький».

**Место проведение:** спортивно-музыкальный зал.

**Оборудование:** гимнастическая скамейка, гимнастическая лестница с 2-мя пролётами,4 набивных мяча, обтянутые белой тканью,4-5 конусов с имитацией сугробов, мультимедийная доска с проектором, снежинки по количеству детей.

***Ход занятия:***

Организационный момент: показ ММ презентации.

**Инструктор:** Здравствуйте ребята! Вот и наступила долгожданная Зима!

*1-й слайд.*

«Снег просыпала зима

На деревья, на дома.

Снег искристый,

Снег пушистый –

На дворе бело и чисто»

- Вы любите зиму?

- А почему все любят зиму? (Ответы детей.)

*2-й слайд (видеописьмо)*.

Ребята, к нам пришло видеописьмо от Елочки, хотите послушать его?

*Текст видеописьма «Дорогие ребята, приглашаю Вас к себе в зимний лес! Приходите ко мне повеселиться! Жду с нетерпением. Ваша знакомая Елочка».*

**Инструктор:** Вас заинтересовало предложение Елочки? Вы согласны отправиться к ней в гости? Тогда - в путь!

*Вводная часть.*

*3-й слайд.*

*Обычная ходьба:*

По тропинке мы пойдём,

В зимний лес все попадём!

*4-й слайд.*

*Ходьба на носках, руки вверх:*

Вот березки стоят,

На ребят они глядят!

*5-й слайд.*

*Ходьба широким шагом, руки на поясе:*

Между ними бродит волк,

Он зубами щелк, да щелк.

*6-й слайд.*

*Ходьба на внешней стороне стопы*

Тут медведь в берлоге спит,

Очень сильно он храпит.

*7-й слайд.*

*Ходьба с высоким подниманием колен, руки в стороны*

Через сугробы мы шагаем,

Выше ноги поднимаем

*8-й слайд.*

*Прыжки с продвижением вперёд, руки на поясе*

А веселые зайчата - длинноухие ребята

Прыг да скок, прыг да скок

Через поле да в лесок!

*Бег в колонне друг за другом,*

Испугались волка зайцы,

Побежали по лужайке

*Бег змейкой*

*Обычная ходьба*

*9-й слайд.*

Все препятствия прошли,

В зимней лес с вами пришли.

*10-й слайд.*

Посмотрите как красивые, резные снежинки украсили зимний лес. Давайте с ними поиграем.

Упражнение на дыхание: «Подуй на снежинку».

*Основная часть.*

*11-й слайд.*

Ребята, играя, мы даже не заметили как попали на Заячью полянку. Повеселимся с зайцами?

*ОРУ ритмопластика «Ай заинька, ай серенький.»»*

С тобой мы, зайчик, поиграли,

А в гости к Ёлке не попали.

Как дорогу нам найти,

Чтобы к Ёлочке прийти?

*12-й слайд.*

*Видеосообщение от зайчика: «Чтобы встретиться с Елочкой, вам, ребята, нужно перебраться через поваленные деревья, перешагнуть через большие пеньки, попрыгать между сугробами. Готовы ли вы преодолеть эти препятствия?»*

**Инструктор:**

Все деревья обойдём,

И пеньки перешагнём,

Перепрыгнем мы сугробы,

Ёлочку увидеть чтобы.

*13-й слайд.*

*ОВД:*

1. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек (2-3 раза).

2. Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы, руки в стороны (большие пеньки - набивные мячи).

3. Прыжки на 2-х ногах между предметами, руки на пояс (расстояние м/у предметами-сугробами 40 см).

*14-й слайд.*

**Инструктор:** Вот ребята мы и пришли. Здравствуй Ёлочка!

Как долго мы к тебе добирались, путь наш был не лёгок.

**Ёлочка:**

Здравствуйте! Как я рада!

Вы ребята молодцы!

Все препятствия прошли,

В гости вы ко мне попали,

Будем веселиться с Вами!!!

Снежный и прекрасный лес,

Полон сказок и чудес.

Холодно в лесу у нас.

Поиграем мы сейчас!

Игра «Два Мороза» (2-3 раза).

*14-й слайд.*

*Заключительная часть.*

**Инструктор:**

Мы так весело играли

И немножко все устали.

Отдыхаем, детвора,

Нам расслабиться пора.

Массаж спины «Прогулка в лес» (дети становятся в колонну по 1-му и делают друг другу массаж на спины).

**Инструктор:**

*Мы пришли в зимний лес («идут» пальцами по спине).*

*Сколько здесь вокруг чудес (круговые вращения руками по спине)!*

*Справа березка в шубе стоит (рисуют березку),*

*Слева елка на нас глядит (рисуют елку).*

*Снежинки в небе красиво кружатся (постукивание пальцами по спине)*

*И на землю тихо ложатся (поглаживание спины).*

*15-й слайд.*

**Инструктор**: Хорошо, Ёлочка, у тебя в лесу, но нам пора возвращаться в детский сад. Мы приглашаем тебя к нам на Новогодний праздник! Ребята, отправляемся в обратный путь!

*16-й слайд.*

Игра «Зимние забавы»

Выпал беленький снежок, собрались мы все в кружок

(дети идут по кругу, взявшись за руки)

Снег, снег, белый снег, засыпает он нас всех!

(поднять руки вверх, встать на носки, присесть, руки положить на голову)

Мы на саночки садимся и под горку быстро мчимся,

Снег, снег, белый снег, мчимся мы быстрее всех!

(в парах делают саночки)

Дети все на лыжи встали, друг за другом зашагали

(изображают ходьбу на лыжах, друг за другом)

Снег, снег, белый снег, кружит, падает на всех!

(кружатся вокруг себя).

Вот мы и пришли в детский сад. Наше путешествие подошло к концу. Теперь мы с нетерпением будем ждать Ёлочку на Новый год!!!!