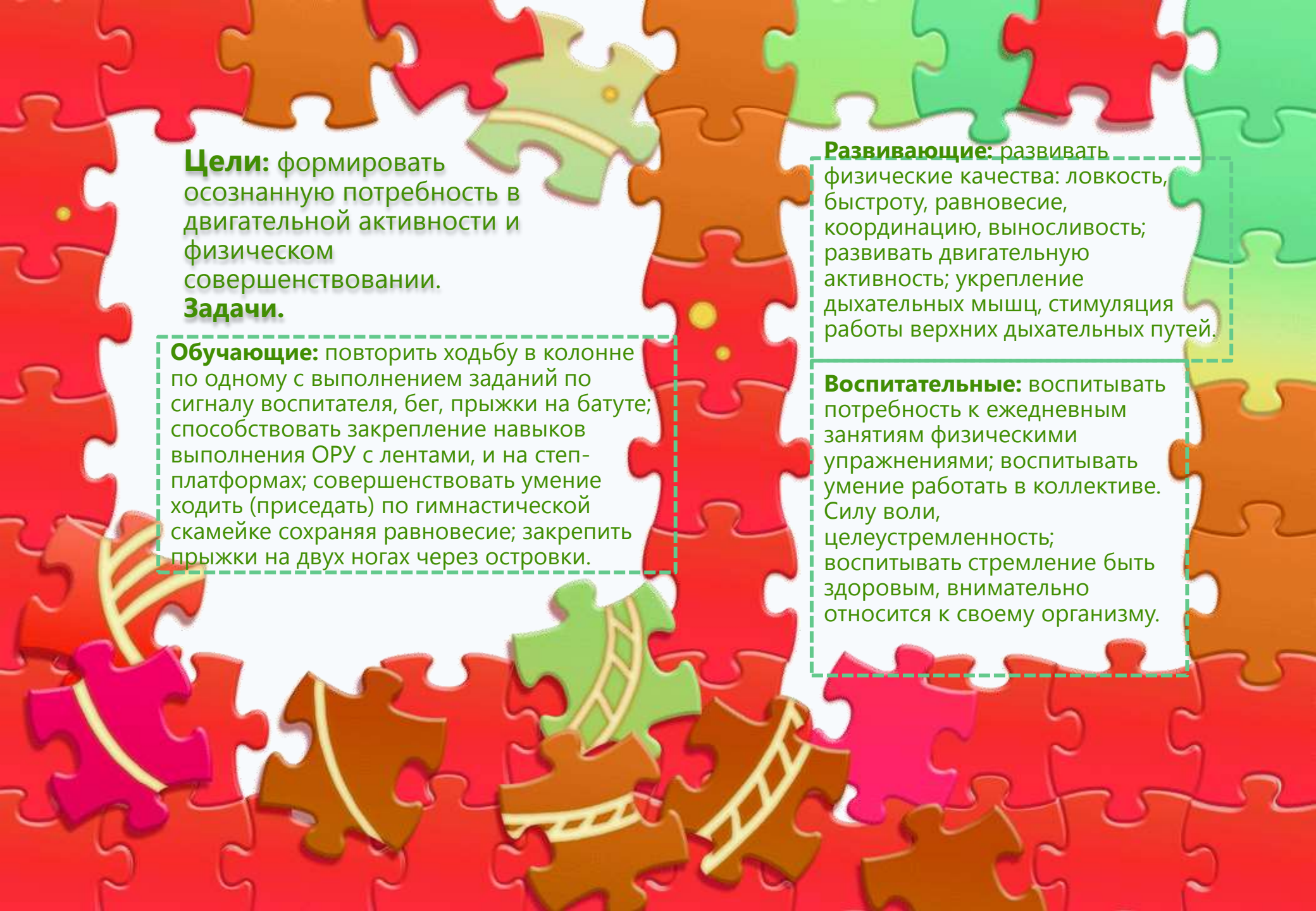


Презентация  
занятия по физической культуре в старшей  
группе  
на тему: «Путешествие в страну здоровья»

Выполнила инструктор по физической  
культуре:

Красавина Е. Н.



**Цели:** формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Задачи.**

**Обучающие:** повторить ходьбу в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя, бег, прыжки на батуте; способствовать закреплению навыков выполнения ОРУ с лентами, и на степ-платформах; совершенствовать умение ходить (приседать) по гимнастической скамейке сохраняя равновесие; закрепить прыжки на двух ногах через островки.

**Развивающие:** развивать физические качества: ловкость, быстроту, равновесие, координацию, выносливость; развивать двигательную активность; укрепление дыхательных мышц, стимуляция работы верхних дыхательных путей.

**Воспитательные:** воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями; воспитывать умение работать в коллективе. Силу воли, целеустремленность; воспитывать стремление быть здоровым, внимательно относиться к своему организму.

## Вводная часть:

**Цель:** повысить эмоциональное состояние детей, активизировать их внимание, подготовить организм к нагрузкам основной части.

В разминку входят такие упражнения, как ходьба, бег, ходьба с высоким подниманием колен, ходьба и бег враспынную, прыжки с поворотом на 360 градусов, ходьба с хлопками, прыжки «лягушка».



REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA



REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA



## Основная часть:

**Общеразвивающие упражнения для развития и укрепления мышц плечевого пояса, живота и спины, ног, для гибкости позвоночника.**

**Цель:** обеспечивает тренировку всех мышц, способствует воспитанию хорошей осанки, подготавливает организм к дальнейшим нагрузкам.



**Основная часть:  
ОРУ**  
**Повторить знания и умения  
различать лево и право.**



## Основная часть.

Упражнения на степ-платформах.

Цель: развивать координацию движений, воспитывать интерес к новому виду гимнастики-степ-аэробике.







**Основная часть.**

**Обучение детей основным видам движений.**

**Цель: способствует развитию всех физических качеств дошкольников.**





REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA



REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA



REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA

## Основная часть.

*Подвижная игра. «Кто быстрее?»*

*Цель: развивать координацию движений, внимание, память, равновесие; формировать правильную осанку при ходьбе.*



## Заключительная часть:

**Цель:** восстановление частоты сердечного пульса, подведение педагогического итога занятия.

**В заключительную часть входят:** малоподвижная или спокойная игра, физические упражнения с постепенным снижением темпа, заключительная ходьба с замедлением темпа, упражнения на восстановление дыхания.



# Заключительная часть.

## Малоподвижная игра «Лево-право!»

Цель: снижение физической нагрузки.



## **Заключительная часть.**

**Дыхательные упражнения  
«Гуси летят»  
цель: укреплять  
физиологическое дыхание у  
детей.**

**«Дерево на ветру»  
Цель: формирование  
дыхательного аппарата.**



## Заключительная часть.

Самомассаж «Очень весело живем», «Про лягушат».

Цель: формировать у ребенка сознательное стремление к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.



Спасибо за  
внимание!

