Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №16 «Ласточка»

План-конспект

**организации образовательной деятельности**

**для группы детей**

**общеразвивающей направленности от 6 до 7 лет**

**Направление: «Физическое развитие»**

**Тема: «Квест спортивных дел»**

**в форме круговой тренировки**

Подготовила и провела

воспитатель I категории

МБДОУ детского сада № 16 «Ласточка»

Саликова Г.А.

г.Котовск

Цель: укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в **занятиях физкультурой и спортом**.

Задачи:

1) Учить детей самостоятельно следить за состоянием **физкультурного инвентаря**, воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, навыки совместных взаимоотношений.

2) Совершенствовать навыки бега и различные виды ходьбы, закреплять умения в лазании по гимнастической стенке, ползания по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками на животе, хождения по наклонной доске, подлезания под дугу правым и левым боком, прыжков с продвижением вперед;

3) Развивать и укреплять мышцы спины, рук, формировать правильную осанку;

4) Способствовать развитию психофизических качеств: силы, ловкости, выносливости, координационных способностей;

5) Развивать работоспособность, общую выносливость,

6) Увеличить моторную плотность **занятия**.

Оборудование: гимнастические скамейки, компьютер, проектор, воротики 3-х размеров для подлезания и проползания на животе, маты средние -2 шт, обручи (4 шт, корзина для баскетбола, мячи (4 шт)

**Ход занятия:**

**Вводная часть**. Дети входят в зал. Построение. Определение задач действий. Разминка: Ходьба по залу, ходьба на носках, ходьба с высоким поднимание колен, ходьба в полу-приседе, ходьба на пятках и носках. Упражнения в беге: бег по залу, бег приставными шагами, бег в рассыпную. Восстановление дыхания. Дыхательное упражнение: «Насос».

Перестроение в колонну по 4.

Основная часть. ОРУ с гантелями.

Задания на станции:

1) Работа у экрана по схемам;

2) Прыжки через обручи;

3) *«Челночный бег»;*

4) Броски мяча в корзину;

5) Прыжки на фитболе;

6) Подлезания и проползание дуги;

7)  Ползания по гимнастической скамейке

Заключительная часть. Дыхательные упражнения: «Дровосек», «Очистительное «ХА»»

Построение, подведение итогов