

## **Итоговое занятие в подготовительной группе по физическому развитию.**

### **Программные задачи:**

- Закрепить разные виды ходьбы и ходьбу по рейке гимнастической скамейки;
- Упражняться в подтягивании на скамейке и перебрасывании ног через скамейку;
- Выполнять массаж ладоней, стоп и спины для укрепления здоровья детей;
- Совершенствовать баскетбольный «пасс» в ходьбе и беге;
- Показать умения и готовность соревноваться, передавая эстафету друг другу.

### **Ход занятия:**

#### **Вводная часть:**

1. Ходьба по кругу
2. Ходьба на носках - «Великаны»
3. Ходьба в приседе - «Карлики»
4. Ходьба высоко поднимая колени - «Петушок»
5. Ходьба на внешней стороне стопы - «Медведи»
6. Ходьба мелким шагом - «Ёжики»
7. Ходьба широким шагом – «Лисички»
8. Прыжки на двух ногах – «Зайчики»
9. Бег галопом – «Лошадки»

#### **Основная часть:**

1. Ходьба по корригирующим дорожкам
2. Ходьба с закаливающими элементами (по грелкам с водой разной температуры)
3. Упражнения с массажным мячом.
4. Массаж ладоней, стоп, спины массажным мячом.
5. Ходьба по рейке гимнастической скамейки.
6. Подтягивании на скамейке, лежа на животе.
7. Прыжки с перебрасыванием ног через скамейку.
8. Эстафета «Преодолей препятствия»

#### **Заключительная часть:**

1. Упражнения на дыхание.
2. Подведение итогов всего занятия и вручение «звёздочек».