**Занятие по физическому развитию с элементами черлидинга**

**с детьми подготовительной группы**

**Тема занятия**: «Цветок добра и счастья»

**Инвентарь:** помпоны - 20 шт., обручи - 6 шт, лавочка - 1 шт.

**Задачи:**

* Повторить перестроение из 1 колонны (шеренги) в несколько.
* Развивать чувство ритма, силу мышц брюшного пресса.
* Воспитывать чувство коллективизма («Чувство плеча»)

**Содержание**:

* Подготовительная часть занятия (6 мин).
* Построение в 1 шеренгу. Приветствие.

**Мотивация**: « В одном волшебном детском саду жили сказочно - удивительные дети. А почему они были такие, мы сейчас узнаем…

Команды: «Равняйсь!», «Смирно!». «Направо раз- два!», «Шагом марш!»

*Ходьба в колонне* по 1 с разным положением рук с помпонами, ходьба спиной вперёд руки внизу, ходьба с перекатом с пятки на носок. Ходьба с поворотом на 360 гр. по сигналу, бег в 1 колонне- 2 мин. с помпонами.

**Основная часть занятия (20 мин)**

Под музыку « Марш»- ходьба, перестроение из 1 колонны в колонну по 4.

Раз-два, раз-два – Где же левая рука------------*марш, поднять левую руку вверх( буква Л)*

Раз-два, раз-два – Где же правоя рука------------*марш, поднять правую руку вверх (буква Л)*

Раз-два, раз-два – Где же правая нога---------*остановка, поднять правую ногу (руки в стороны)*

Раз-два, раз-два – Где же левая нога---------*остановка, поднять левую ногу (руки в стороны)*

Три-четыре, три-четыре – ноги врозь и ноги шире - *прыжки ноги вместе-врозь(руки на поясе)*

Пять-шесть- семь-восемь – повороты делать просим - *повороты туловищем(руки буква К)*

Приходи скорей к нам в сад - посмотри на всех ребят!- *махи скрестно-слони (руки ножницы)*

Мы речёвки сочиняем, никогда не унываем!- *подъём голени - вверх-низ с р.(хлопки над головой)*

Услышала эту речёвку одна Фея и очень захотела сделать для детей что-то хорошее. Она взяла с собой цветок добра и счастья и прилетела в садик).

Звучит муз. Пьяцоло «Либертанго».

Выход **Феи.** Она обошла каждого ребёнка, оторвала 1 лепесток от цветка и сказала: «Хочу, чтобы дети стали смелые.

Перестроениев колонну по 1

*Ходьб*а по скамейке с махом ног вперёд на середине со словами «У Литейного моста, я вчера поймал кита».

**Фея** оторвала второй лепесток и пожелала, чтобы дети были спортивные

*По свистку дети расходятся по станциям:*

**Красные**: прыжки через обруч, как через скакалку.

**Жёлтые:**  наклоны вперёд.

**Синие**: упражнения на пресс из положения сидя, ноги согнуты в коленях- сесть, лечь. На каждой станции по 1 минуте по 2 раза – переход по свистку. (муз. «Чунга-чанга»)

**Фея:** Хочу, чтоб дети стали быстрые.

*Задание на творчество*- 1 мин танца с помпонами под музыку «Барбарики».

*Игра:* «Красный, жёлтый, синий» с помпонами по типу «Шишки жёлуди-орехи».

*Упражнение:* «Подуй на помпон».

**Заключительная часть (4 мин).**

**Фея:** Хочу, чтоб дети стали умные и добрые и оторвала последний лепесток.

«Нарисуй цифры помпонами (руками) в воздухе лёжа на спине», Дети кладут помпоны на место. «Сидя в кругу по - турецки»- передача 1 помпона с добрыми пожеланиями соседу.

**Подведение итогов.**

Ходьба по кругу, выход.

Фея улыбнулась и тоже улетела. Вот поэтому в нашем саду такие добрые и замечательные дети.