

Конспект непосредственно - образовательной деятельности по физической культуре

Тема: «Волшебные фонарики»

Возраст: старшая группа

ОО: физическое развитие

Интеграция ОО: социально – коммуникативное, познавательное, речевое развитие.

Цель: способствовать гармоничному развитию физических качеств старших дошкольников: ловкости, гибкости, выносливости; проявлению самостоятельности и инициативности.

Задачи:

Образовательные:

Способствовать развитию двигательных функций: равновесия, координации.

Совершенствование двигательных умений и навыков:

- ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках, ходьба по канату боком приставным шагом, способом ноги на канате руки упор о пол;
- прыжки из обруча в обруч на двух (одной) ногах, прыжки через канат справа налево, вперед – назад;
- бег с преодолением препятствий, бег врассыпную, перебежка из обруча в обруч;
- лазание под дугу в группировке не касаясь руками пола, на четвереньках, на животе;
- легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Упражнять в перестроении в колонну по три, по одному во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге, образовывать несколько кругов.

Совершенствовать умение двигаться в соответствии с заданным темпом в сопровождении музыки, самостоятельно выполнять знакомые упражнения.

Оздоровительные:

Совершенствование физических функций организма ребенка: дыхательной, двигательной.

Укрепление опорно – двигательного аппарата.

Профилактика плоскостопия, нарушений осанки.

Воспитательные:

Способствовать проявлению самостоятельности и инициативности побуждая к выбору способов передвижения через препятствия, в подготовке и уборке спортивного оборудования, в выборе подвижной игры, в выполнении основных видов движений с опорой на карточки – схемы.

Воспитание интереса к занятиям физической культурой, смелости, решительности, уверенности в своих силах.

Методы и приемы:

Наглядный - наглядно-зрительные приемы – показ выполнения упражнений ребенком, зрительные ориентиры, сюрпризный момент «волшебные фонарики», демонстрация слайдов, карточки - схемы; наглядно-слуховые – музыкальное сопровождение, художественное слово.

Словесный: пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы, беседа.

Практический: подвижная игра, игровые упражнения, задания.

Предварительная работа: чтение рассказа К.Д. Ушинского «Четыре желания», разгадывание загадок, рассматривание иллюстраций о временах года, разучивание комплекса общеразвивающих упражнений, рассматривание иллюстраций с изображением выполнения основных видов движений, работа по карточкам – схемам, отработка техники выполнения основных видов движений (прыжки, ходьба, лазание).

Материалы и оборудование: компьютер, проектор, экран, музыкальный центр, презентация, фонарики (4 шт.), куб мягкий (1 шт.), обручи (6 шт.), дуги для подлезания (2 шт.), мягкие модули для перешагивания – высота 20 см. (6 шт.), канат – 3 м. (1 шт.), конусы (6 шт.), стойки – ориентиры (3 шт.), таблички с изображением выполнения основных видов движений (8 шт.).

Содержание занятия	Дозировка	Методические указания
1. Вводная часть Построение в круг, сед по-турецки. Упражнение на дыхание: медленный вдох, быстрый выдох. Ходьба в колонне по	4 – 6 мин	Я знаю, что недавно в группе Вы читали рассказ К.Д. Ушинского «Четыре желания». Кто главный герой рассказа? Какое время года приглянулось главному герою? (ответы детей) Ребята, хотели бы вы отправиться в путешествие по временам года? (ответы детей). Помогать путешествовать нам будут волшебные фонарики. Закройте глаза, посмотрите, появился фонарик зеленого цвета. Давайте узнаем, в какое время года он нас отправит, и отгадаем загадку. <i>Я раскрываю почки, в зелёные листочки. Деревья одеваю, посевы поливаю, движения полна, зовут меня (весна)</i> Правильно, а чтобы отправиться в гости к весне, нужно подуть на волшебный фонарик. Вот мы и в весеннем лесу! (слайд 1 «Весна») Отправляемся на прогулку.

<p>одному. Ходьба на носках, на пятках.</p> <p>Ходьба «змейкой»</p> <p>Ходьба с перешагиванием через препятствие.</p> <p>Бег друг за другом, бег змейкой, с перешагиванием через кубы.</p> <p>Восстановление дыхания (во время ходьбы):</p> <p>Перестроение в колонну по три.</p>		<p>А сейчас будьте внимательны, я буду задавать вопросы на ответ «да» вы идете на носках руки вверх ладонь к ладони, на ответ «нет» - на пятках руки за спину.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Весной тает снег? (Да) - Весной птицы улетают в теплые края? (Нет) - Весной распускаются подснежники? (Да) - Медведь весной впадает в спячку? (Нет) <p>По тропинке дружно шли. Огромные елки стоят на пути. Что же делать, как пройти? <i>(дети передвигаются любым удобным для них способом)</i></p> <p>Вот с тропинки мы сошли, много кочек на пути. Что же делать, как пройти? <i>(дети передвигаются любым удобным для них способом)</i></p> <p>Впереди красивая весенняя лужайка, по лужайке бегом марш.</p> <p><i>«1, 2, 3, 4, 5 все умеем мы считать, Отдыхать умеем тоже, руки за спину положим. Голову поднимем выше, и легко, легко подышим».</i></p> <p>В колонну по три шагом марш. Налево. На вытянутые руки разомкнись.</p>
<p>2. Основная часть</p> <p>Упражнение на дыхание: медленный вдох, быстрый выдох.</p> <p>ОРУ (трек 3 «Звуки лета»)</p> <p>Упр. «Посмотрим вокруг»</p> <p>Упр. «Муравей бежит</p>	<p>16 – 18 мин</p> <p>По 3 раза</p> <p>6 раз</p>	<p>Ребята, посмотрите, мы нашли красный фонарик, как вы думаете, к какому времени года можно отнести красный цвет. Правильно, недаром в народе говорят: «Лето красное». Давайте подуем на красный фонарик, и перенесемся в гости к лету <i>(Слайд 2 «Лето»)</i>. Посмотрите, какая чудесная поляна. Давайте понаблюдаем за ее обитателями.</p> <p>И.п.: о.с. руки вдоль туловища. 1 – поворот головы налево (направо), 2 – вернуться в и.п.</p> <p>И.п.: ноги слегка расставлены, руки вдоль</p>

по березе»		туловища. 1 – руки на пояс, 2 – к плечам, 3 – вверх, 4 – к плечам, 5 – на пояс, 6 – вернуться и.п.
«Бабочка машет крыльями»	6 раз	И.п.: стоя на коленях, руки к плечам. 1 – локти свести перед грудью, 2 – развести в стороны, грудь вперед, свести лопатки.
«Посмотри на муравья»	6 раз	И.п.: ноги на ширине плеч руки на поясе. 1, 2, 3 – наклон к одной ноге, посередине, к другой; 4 – вернуться в и.п.
«Рысь выгнула спинку»	6 раз	И.п.: стоя на четвереньках. 1 – выгнуть спину вверх, 2 – и.п.
«Присядем на пенек»	6 раз	И.п.: о.с. руки за спиной. 1 – присесть, руки в стороны. 2 – вернуться в и.п.
«Кузнечики»	10 раз	И.п. одна нога вперед, другая назад, руки на поясе. Прыжки на месте.
Перестроение в одну колонну. Ходьба в колонне по одному. ОВД		Направо. Колонны сомкнулись. В колонну по одному шагом марш.
Упр. «Пройдем по мостику» - ходьба по канату боком приставным шагом, прыжками слева направо, ноги идут по канату руки упор о пол.	2 – 3 раза	Посмотрите, а вот и желтый фонарик. Скажите, с каким временем года у вас ассоциируется желтый цвет? Давайте подуем на волшебный фонарь, и, отправимся в гости к осени (<i>Слайд 3 «Осень»</i>)
Упр. «Проползи и не задень» - лазание под дугу прямо в группировке, не касаясь руками пола, на четвереньках, лежа на животе.	2 – 3 раза	Я очень люблю гулять по осеннему лесу. А Вы? А чем же мы займемся? Посмотрите можно прогуляться по мостику (ходьба по канату), проползти под нагнувшимися деревьями (лазание по дугу), и попрыгать по камешкам (прыжки из обруча в обруч). <i>Зал разделен на три зоны: лазание, прыжки из обруча в обруч, ходьба по канату, которые обозначены соответствующими картинками. Подумайте, кто, чем займется? (дети самостоятельно делятся на три подгруппы и готовят необходимое оборудование).</i> Посмотрите, здесь есть карточки – подсказки обозначающие способ передвижения. Отправляемся!

<p>Упр. «По камушкам» - перебежка из обруча в обруч, прыжками на одной ноге, на двух ногах.</p> <p>Подвижная игра (по выбору детей)</p> <p>Построение в круг, сед по – турецки.</p>	<p>2 – 3 раза</p>	<p><i>(После выполнения упражнений, дети меняются зонами)</i></p> <p>Наша прогулка подошла к концу. Скажите, а какое главное правило нужно соблюдать, гуляя по лесу? Правильно! <i>(дети убирают оборудование)</i></p> <p>Посмотрите, появился голубой фонарь, в какое время года он нас приглашает? Давайте подуем на него <i>(Слайд 4 «Зима»)</i>.</p> <p>Вот мы и в гостях у зимушки – зимы. А зима очень любит играть с детьми в разные зимние забавы.</p> <p>Какие игры нам подсказывает погода за окном?</p> <p>В какую игру вы хотели бы поиграть?</p> <p>Нам пора возвращаться в детский сад. Давайте закроем глаза и скажем волшебные слова: <i>«1, 2, 3, 4, 5 – в детском саду мы все опять».</i></p>
<p>Заключительная часть Беседа</p>	<p>2 мин</p>	<p>Вам понравилось наше путешествие? А что было самым сложным для Вас? Что больше всего запомнилось? Чему Вы научились? Что было самым легким? Что у Вас лучше всего получилось?</p>

Крайнова Алеся Станиславовна
Инструктор по физической культуре
МАДОУ «Березка»

