

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №80 «Светлячок»**

**Конспект непрерывно-образовательной деятельности
по физическому развитию
в группе общеразвивающей направленности
для детей старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет
по теме: «Зимний лес»**

Составитель:

Гринник Светлана Викторовна
инструктор по физической культуре 1 категории

г. Нижневартовск, 2019

Конспект непрерывно-образовательной деятельности по теме «Открываем календарь – продолжается февраль»

Цель: создание условий для формирования основных двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья в игровой форме.

Задачи:

Оздоровливающие:

- способствовать повышению функциональных возможностей организма;
- способствовать профилактике нарушения осанки.

Обучающие:

- повторить упражнения в ходьбе и беге между предметами, не задевая их;
- формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске;
- повторить упражнения в прыжках с ноги на ногу, совершенствовать навык подбрасывания мяча вверх и ловли его двумя руками.

Воспитывающие:

- формировать у детей устойчивый интерес к подвижным играм, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- воспитывать интерес к физической культуре, способствовать развитию творческого воображения.
- формировать образно-пространственное мышление;
- действовать сообща, по сигналу; воспитывать здоровый дух соперничества;

Интеграция образовательных областей:

Художественно-эстетическое развитие.

- слышать музыкальные акценты, и согласовывать с ними свои движения, развивать чувство ритма, музыкальный слух.

Оборудование: зрительные ориентиры для перестроения; гимнастические палки по кол-ву детей; канат, гимнастическая скамейка, ребристая доска, наклонная доска, елочки - 6 шт, мячи 6 шт, степ-платформы - 5 шт, кубики деревянные 5-6 шт. высота 30 см.), игровая шапочка.

Используемые технологии: технология ритмических движений и пластического интонирования, игровой стретчинг.

Вводная часть:

Образовательные задачи	Двигательные задания	Дозировка	Формы работы, методы и приемы
<p>Положительно настроить детей;</p> <p>Подготовить мышечный аппарат для дальнейшей нагрузки; сействовать развитию внимания, ориентировки в пространстве; упражнять в ходьбе с выполнением заданий, активизировать внимание.</p>	<p>Дети движутся в обход по залу, перестраиваются в шеренгу. <u>Педагог:</u> Открываем календарь – Продолжается февраль. Месяц веселья, зимних затей, Для праздника много найдется идей!</p> <p>«Полоса препятствий»</p> <p>Дети движутся в обход зала, проходят полосу препятствий.</p> <p>Пройти: * по скамейке и ребристой доске, * встать на куб и спрыгнуть с него, * ползание между елочками змейкой на высоких четвереньках; * по канату приставным шагом.</p> <p><u>Педагог:</u> Ветер вей, ветер вей, Снега, ветер, не жалеи! С ветром мы в перегонки, Побежим играть в снежки.</p> <p>Бег змейкой между расставленных кубиков и елочек (расставить с противоположной стороны зала)</p>	<p>4-6мин 30- 40 сек.</p> <p>2 мин</p> <p>1 мин</p>	<p>Перестроение в шеренгу. Метод орг. детей – фронтальный.</p> <p>«Полоса препятствий» Поточный метод. Объяснение, зрительные ориентиры.</p> <p>Бег змейкой между расставленных кубиков и елочек. Организация</p>

<p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их.</p>	<p><u>Педагог:</u> Я на каток спешу с утра, Зову с собой друзей. Вот-вот начнется там игра, Любимый наш хоккей!</p> <p>Каждому спортсмену необходимо много тренироваться, давайте и мы, как настоящие хоккеисты проведем тренировку, а вместо клюшки воспользуемся гимнастической палкой.</p> <p>По ходу движения дети берут гимнастическую палку и перестраиваются.</p> <p>Перестроение в колонну по три. По команде «Нале-во!» перестроиться в шеренги и разомкнуться.</p>	<p>1 мин</p>	<p>детей: поточным способом. После выполнения убрать кубики и кегли в корзину и по ходу движения взять гимнастическую палку.</p> <p>Строевые упражнения. Перестроение в колонну по 3 Поточный метод. Зрительные ориентиры.</p>
---	--	--------------	--

Основная часть:

<i>Образовательные задачи</i>	<i>Двигательные задания</i>	<i>Оборудование</i>	<i>Формы работы, методы и приемы</i>
<p>Разучить упражнения с гимнастической палкой; развивать двигательные качества.</p> <p>Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске;</p> <p>совершенствовать навык подбрасывания мяча вверх и ловли его</p>	<p>ОРУ с гимнастическими палками (ключки).</p> <p>1. И.п.- ноги на ширине плеч, гимнастическая палка в обеих руках, руки опущены вниз. Перекаты с пятки на пятку, следить за осанкой.</p> <p>2. И.п.- остается тоже. 1 – поднять гимнастическую палку вверх над головой; 2 – руки с палкой перед собой на уровне груди; 3 – снова вверх; 4 – и.п.</p> <p>3. И.п. – ноги на ширине плеч, гимнастическая палка за головой на плечах. 1 – наклон туловища влево; 2 – и.п.; 3 – наклон вправо; 4 – и.п.</p> <p>4. И.п.- о.с., гимнастическая палка в руках, руки опущены вниз. 1 – гимнастическая палка вперед на вытянутых руках; 2 – приседание; 3 – встаем; 4 – и.п.</p> <p>5. И.п. – сидя, гимнастическая палка на коленях.. 1 – поднять гимнаст. палку и ноги в «уголок»; 2 – и.п.</p> <p>6. И. п. – сидя, ноги раздвинуть в стороны, гимнастическая палка перед собой в обеих</p>	<p>18-20 мин. 5-6 раз</p> <p>5 раз</p> <p>4-5 раз</p> <p>8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>5-6 раз</p> <p>10-12 раз *2 повторения</p> <p>1- 1,5 мин</p>	<p>Комплекс ОРУ с гимнастическими палками «Хоккей» Методы проведения ОРУ: «по разделениям» - объяснение и совместный показ с объяснением. Способ выполнения ОРУ: поточный</p> <p>Перестроение в 2 колонны. Способ организации: поточный</p>

<p>двумя руками; тренировать координацию движений.</p> <p>Формировать у детей устойчивый интерес к подвижным играм, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.</p>	<p>руках. 1 – наклоняемся вперед и тянемся палкой до носочка левой ноги; 2 – и.п.; 3 – наклоняемся вперед и тянемся палкой до носочка правой ноги; 4 – и.п. 7. И. п. – стоя боком к палке, руки на поясе, гимнастическая палка на полу. Прыжки через гимнастическую палку.</p> <p>Перестроение в колонну. По команде «Кругом!» Дети перестраиваются в колонны и смыкаются. Гимнастическая палка в правой руке. Двигаются одной колонной, складывая гимнастические палки на место по ходу движения.</p> <p>ОВД <u>1 подгруппа детей:</u> Упражнение в равновесии и прыжках – ходьба по наклонной доске, балансируя руками, переход по скамейке боком, приставным шагом, прыжки через степ-платформы, с продвижением вперед. Упражнение выполняется одной колонной. <u>2 подгруппа детей:</u> Броски мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком за спиной. Дети дерут мячи и выполняют упражнение самостоятельно.</p>	<p>4- 5 мин</p> <p>4-5 мин</p> <p>4-6 мин</p>	<p>Деление на две подгруппы. Игровая форма.</p> <p>Подвижная игра «Мороз Иванович» Методы: словесной инструкции. Сюжетная форма.</p>
--	--	---	--

	<p>По сигналу педагога подгруппы меняются местами и заданиями.</p> <p>Подвижная игра «Мороз Иванович» Дети строятся по кругу, идут в хороводе. Останавливаются и выполняют круговые вращательные движения руками вперед-назад. Педагог выбирает 1-2 ловцов, надевает им на голову новогодние колпачки. На слова: «Раз, два, три - Мороз Иванович, догони!» дети разбегаются, а ловцы их догоняют и осаливают.</p>		
--	--	--	--

Заключительная часть:

<i>Образовательные задачи</i>	<i>Двигательные задания</i>	<i>Оборудование</i>	<i>Формы работы, методы и приемы</i>
<p>Формировать правильную осанку; развивать эмоциональную отзывчивость, учить детей передавать в движении образы сказочных героев и их действия; учить менять</p>	<p>Игра «Снеговик и солнышко» Как обычно в январе Много снега во дворе, Но беда невелика – Слепим мы снеговика. Дети стоят врассыпную, ноги широко расставлены, руки на поясе, тело напряжено, спина прямая, осанка горделивая. Играющие изображают «толстых» снеговиков. Под словесные указания педагога: «Выглянуло солнышко, стало припекать, снеговик начал таять» Снеговики постепенно расслабляют мышцы, начинают «оседать», «таять» - опуская голову, плечи, руки по очереди. В</p>	<p>3-4 мин</p>	<p>Игра малой подвижности «Снеговик и солнышко» Метод: наглядно-слуховой, Наглядно-тактильный</p>

<p>движение в соответствии с изменениями музыкального содержания, вжиться в игровую ситуацию, воссоздавать нужные образы.</p>	<p>конце опускаются на пол, превращаются в «лужицу».</p> <p>Перестроение в одну колону и выход из зала.</p>		
---	--	--	--