

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №23» Изобильненского городского округа
Ставропольского края

Конспект НОД

Образовательная область: «Физическое развитие»

Возраст детей: старшая группа

Тема: «На поиски цветка «здоровья»»



Инструктор по ФИЗО:
Жируева Светлана Юрьевна

2019год

Цель: укрепление здоровья детей, создание условий для привития интереса к физической культуре.

Задачи:

Оздоровительные

- продолжать формировать правильную осанку у детей;
- создать условия для положительных эмоций во время мероприятия.

Образовательные

- совершенствовать ходьбу друг за другом с изменением темпа и переходом на мягкий, семенящий шаг;
- формировать умения и навыки перестроения тройками.

Развивающие

- развивать умение соблюдать равнение при ходьбе по скамейки приставными шагами;
- совершенствовать навыки подлезания под дугу способом переката с ноги на ногу, прогнувшись;
- закрепить навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги.

Воспитательные

- воспитывать интерес к физической культуре через сюжет в образовательной деятельности;
- соблюдать правила игры.

Оборудование: скамейка, дуга, обручи.

Ход НОД

Инструктор: Говорят, есть волшебный цветок здоровья. Кто его найдет, будет самым сильным, самым ловким, а главное самым здоровым человеком. Растет этот цветок в стране «Неболейка». Добраться до него нелегко. Как бы я хотела найти этот волшебный цветок, чтобы всегда быть здоровой, А вы хотите?

Дети: Да.

Инструктор: Тогда отправляемся в путешествие!

I. Вводная часть.

Дети идут по залу, выполняя движения.

Ходьба на носках.

Ходьба на пятках, держать руки за головой.

Ходьба в полуприсяде.

Ходьба змейкой.

Бег.

Ходьба с выполнением дыхательного упражнения.

Дети стоят в одной шеренге. Инструктор показывает таблички с указателями:

«Налево пойдешь - в сонное царство попадешь».

«Прямо пойдешь - здоровье найдешь».

«Направо пойдешь - гору сладостей найдешь».

Инструктор: Какую дорогу вы выберите?

Дети: Мы пойдем прямо?

Инструктор: А может, ляжете спать или конфет поедите?

Дети: Нет.

Инструктор: Тогда вперед.

II. Основная часть.

Дети строятся в три колонны.

1. Поднимание рук вверх.

Исходное положение – основная стойка, руки внизу.

1-руки вперед

2-вверх

3-в стороны

4-вниз.

2. Повороты в стороны с разведением рук.

Исходное положение – стоя на коленях, руки на поясе.

1,3-повороты вправо – влево

2,4 – исходное положение.

3. Наклоны вперед

Исходное положение - сидя на ковре, руки на поясе.

1,3 – наклон вперед, руками коснуться носков ног

2,4 – исходное положение.

4. Поднимание поочередно ног

Исходное положение – сидя, руки в упоре сзади.

1,3 – поднять правую, левую ногу.

2,4- исходное положение.

5. «Велосипед»

Исходное положение – лежа на ковре, руки вдоль туловища. Ноги согнуты в коленях и прижаты к животу. На сигнал «Поехали!» дети выполняют движения ногами, имитирующие езду на велосипеде.

6. Прыжки с чередованием упражнений на дыхание.

Исходное положение – основная стойка

1,3 – прыжок вправо, влево.

2,4 - вернуться в исходное положение.

Перестроение в колонну друг за другом.

Основные виды движений.

1. Ходьба по скамейке приставным шагом.

2. Подлезание под дугу.

3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.

Движения выполняются поточно друг за другом.

Дети идут по одному по скамейке приставным шагом, затем подлезают под дугу и выполняют прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Затем, встают в конец колонны.

Инструктор: Молодцы, все препятствия преодолели. А теперь, я предлагаю вам немного поиграть.

Подвижная игра «Хитрая лиса».

Инструктор: Ребята, я, что-то чувствую. Это цветок «здоровья» распустился. Да не один, здесь целая поляна замечательных

цветов. *(Показывает цветы, сделанные из-под контейнеров киндерсюрприз, в которые вложены кусочки чеснока). Понюхайте, их! (Дети берут цветы, нюхают).* Чем пахнут цветы здоровья?

Дети: Чесноком.

Инструктор: Теперь ни один микроб к вам близко не подойдет.

III. Заключительная часть.

Игра малой подвижности «Сладкий, кислый». Дети стоят в кругу передают мяч, называют любой предмет, например, апельсин. Дети мимикой лица показывают вкус апельсина.

Рефлексия.