Конспект совместной деятельности в-ля с детьми на тему:

 «Спорт, здоровье, Я».

Цель: Укрепление здоровья через спортивные упражнения, игры малой подвижности и подвижные игры.

Задачи:

1. Обобщать и систематизировать знания детей о человеке как живом организме;
2. Учить детей видеть и отражать в речи признаки сходства и различия между людьми и животными;
3. Упражнять детей в ходьбе по уменьшительной опоре;
4. Воспитывать навыки правильной осанки;
5. Посредством физических упражнений способствовать исправлению деформации стоп ног;
6. Укреплять дыхательную мускулатуру;
7. Вырабатывать осознанное отношение к физкультуре и спорту как к методу укрепления и тренировки организма;
8. Содействовать развитию внимания, координации речи с движением, пальчиковой моторики.

Материалы и оборудование: разрезные картинки, картинный материал на развития зрительного внимания, дорожки на профилактику плоскостопия, верёвка, схематичное изображение человека, схематичные изображения движений для подвижной игры.

 Ход совместной деятельности:

В-ль: Здравствуйте ребята! Я назвала вас одним словом – ребята, потому что вы маленькие. А как можно назвать одним словом ваших пап, мам, тёть и дядей? (взрослые).

В-ль: А людей постарше мы называем пожилыми людьми. Кто к ним относится? (бабушки и дедушки).

В-ль: Кто же мы все вместе? (люди)

В-ль: Ребята раз мы люди, значит мы одинаковые? (нет).

В-ль: давайте это проверим на примере детей. Внимательно посмотрите друг на друга. Чем вы различаетесь? (среди нас есть мальчики и девочки, у нас разный рост, цвет глаз, волос).

В-ль: Молодцы, вы всё верно подметили. А чтобы убедиться в этом, что дети все разные, соберите вот эти картинки (дети собирают разрезные картинки)

В-ль: Ребята, мы все разные, но все живые, в отличии от этих картинок. Как характеризуется живой организм? Что он делает? (растёт, питается, дышит, размножается, двигается).

В-ль: Давайте покажем как мы умеем дышать и двигаться.

Упражнения в ходьбе и беге.

1. Ходьба на носках, руки на поясе.
2. Ходьба на пятках, руки за головой.
3. Ходьба на внешней стороне стопы, руки согнуты в локтях, ладони вперёд (мишки).
4. Ходьба с опорой на колени и ладони (котики)
5. Ходьба с опорой на колени и предплечья (собачки)
6. Обычный бег.
7. Бег с захлёстыванием голени
8. Ходьба на восстановления дыхания (поднимая и опуская руки).

В-ль: Садитесь на стулья. Скажите, что ещё есть общего у людей? Давайте определим это с помощью картинки с изображением человека. (части тела: голова, руки, ноги).

В-ль: Организм, ещё состоит из внутренних органов. А их работа влияет на здоровье человека. Назовите какие? (сердце, лёгкие, желудок, мозг).

В-ль:

Я открою вам секрет-

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен-

Проживёшь тогда сто лет!

Вот, ребята, весь секрет!

Солнышко улыбнись!

На зарядку становись!

Фонетическая зарядка «Физкультурники»

1. Сделать глубокий вдох носом. На длительном выдохе произнести: «Ура-а-а-а!» (2-3 р)
2. Мы штангисты. Стоя, ноги врозь, руки перед грудью, поднять вверх, на грудь, опустить вниз (6-8р)
3. Гребцы. Сидя, ноги на ширине плеч, руки перед собой, изображая гребцов (4-5р)
4. Достань носки ног. Сидя, наклон вперёд, коснуться руками носко ног (5-6р)
5. Сумей сесть. Лёжа на спине, руки поднять вверх, опустить за голову, вверх, опустить около тела (5-6р)
6. Посмотри вперёд. Лёжа на животе, кулаки под подбородком, руки, протянуть руки вперёд (5-6р)
7. Бег с высоко поднятыми коленями.
8. Медленная ходьба, разводя руки в стороны.
9. Упражнения для профилактики плоскостопия. Пройти по по дорожкам. Захватить карандаш пальцами ног.

В-ль: Садитесь. Проверим вашу смекалку и сообразительность, отгадайте загадки.

Всю жизнь ходят в обгонку,

А обогнать не могут. (ноги)

У двух матерей

По пять сыновей-

Одно имя всем. (руки и пальцы)

Один говорит, двое глядят, двое слушают. (язык, глаза, уши)

Между двух светил я в середине один. (нос)

Не сеют, не сажают, сами вырастают. (волосы)

В-ль: А теперь потренируем пальчики.

Идут четыре братца Дети шевелят четырьмя пальчиками,

Навстречу старшему. Большой палец прижат к ладони.

- Здравствуй большак! – Поднимают большой палец,

 Говорят. Остальные сжимают.

-Здорово Васька –указка, Начинают по очереди разжимать

Мишка-серёдка, пальцы, согласно тексту.

Гришка-сиротка

Да крошка-Тимошка.

Можешь пальцы сосчитать: Сжимают и разжимают пальцы,

Один, два, три, четыре, пять- По очереди загибают пальцы обеих

Один, два, три, четыре, пять- рук.

Десять пальцев пара рук- Сжимают и разжимают пальцы,

Вот твоё богатство, друг! Показывают руки, прижимают

 Ладони к груди, разводят –

 Руки вперёд-в стороны.

В-ль: Ребята, все органы человека очень нужны и важны. Давайте вспомним, расскажем для чего человеку ноги и руки, показывая движения.

Руки, руки, для чего растёте? (дети показывают руки, поднимают вверх)

Привыкать к работе! (круговые движения предплечьем и кистями)

-Руки, скажите, что делать хотите?(показывают руки, вперёд, вверх и присели)

-Портфель в школу нести!(подскоки по кругу, одна рука на поясе, а в другой изображая портфель)

Комбайн в поле вести!(бег по кругу, руки на руле)

Сталь варить и плавить медь- (дети встают лицом в круг, делают выпад влево, смотрят через очки влево, вправо).

Научиться всё уметь!!! (разводят руки вперёд – в стороны).

Для чего же наши ножки? (дети в кругу, ставят ноги на пятку)

Чтобы бегать по дорожке! (бег на месте).

Убежать за ручейком! (бег по кругу, руки изображают крылья)

Стрекозу поймать сачком!

А устанут в пути, (приседают, обнимают колени руками).

Ничего нет лучше (грозят пальчиком).

Снова к бабушке прийти- (ходьба на месте).

Пусть возьмёт на ручки! (дети берутся за руки)

В-ль: Теперь садитесь. Скажите, животные тоже живые организмы. Чем люди отличаются от животных? (у животных есть хвост, а у человека нет, кожа животных покрыта шерстью, человек передвигается на двух ногах, а животные на четырёх лапах.

В-ль: Но самое главное, человек умеет думать и разговаривать и ещё работать.

 Игра на внимание.

В-ль: Сколько мышей едят сыр?

Сколько лисиц в норе?

Сколько детей спрятались за кустом? Сколько из них девочек?

Сколько людей в колонне?

Игра «Стоп»

В-ль: Я показываю вам картинку с изображением позы, дети показывают заданную позу. Усложнение, показывают позу только мальчики или только девочки. (2-4р)

В-ль: Ребята, вы молодцы! Скажите для чего нужно заниматься спортом? (для того чтобы быть здоровыми)