

Тропынина Сетлана Герасимовна;

Воспитатель первой категории МБДОУ «Детский сад № 103 «Теремок», г. Нижний Новгород;

НОД

по образовательной области «Физическое развитие»

«В поисках золотого ключика»

Форма проведения: игровое занятие, основанное на сюжете путешествия в сказку.

Цель: Формирование двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностями бережного отношения к своему здоровью в разнообразных формах двигательной деятельности.

Задачи:

Оздоровительные:

1. Способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата;
2. Формировать и закреплять навык правильной осанки;
3. Развивать подвижность пальцев рук.

Обучающие:

1. учить детей сохранять устойчивое равновесие во время ходьбы по гимнастической скамье, перекладывая кубик из правой руки
2. продолжать учить детей перестроению в колонну по 3;
3. упражнять в ходьбе на носках, пятках; в ходьбе с перестроением в пары и обратно;
4. продолжать отрабатывать навык ходьбы боком приставным шагом по гимнастической скамье;
5. упражнять детей в прыжках

Развивающие:

1. развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость;
2. развивать координацию движений на основе уже накопленного опыта детей;
3. развивать умение слушать музыку, действовать согласованно с ней;
4. способствовать пластической импровизации во время подвижных игр.

Воспитательные:

1. воспитывать чувство сопереживания герою произведения, взаимопомощи, доброжелательности к сверстникам, чувство товарищества, умение действовать согласованно, сообща;
2. воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, способствовать формированию положительных эмоций.

Предварительная работа:

1. Чтение сказки А. Толстого «Золотой ключик или приключения Буратино».
2. Разучивание с детьми игры «Буратино – Пьеро».

Инвентарь: гимнастические скамьи – узкая, широкая; обруч большой; проектор ; мультимедийная презентация; полянка с лепестками цветными.

Ход НОД

Мотивация: в группу приходит конверт в нем письмо от Буратино и карта. Воспитатель зачитывает письмо детям, взяв карту отправляются в спортивный зал.

I. Вводная часть.

Воспитатель: Собирайтесь – ка друзья, в сказку нам идти пора.

Пальчиковая игра: (музыкальное сопровождение- сказочная мелодия)

Начинаем колдовать – сжимаем и разжимаем кулаки

Двери в сказку открывать

Хоть замочек очень крепкий – руки в замок

Металлический и цепкий

Мы его сперва покрутим – вращение руками

А потом три раза дунем – дуть на руки

Покачаем 1,2,3 – покачать руками

Дверь замочек отвари – открываем замок

Двери открываются сказка начинается.

Воспитатель: Ребята я слышала, что жители Кукляндии и помогают тому, кто правильно справляется со всеми заданиями, и не боится трудностей. Я тоже

пойду с вами и постараюсь помочь трудную минуту, а куда и как идти, нам подскажет карта. **(карта высвечивается на экране)**

Отправляемся в поход много нас
открытий ждет.

Ходьба с высоко поднятыми колени
Ходьба с ускорением

Мы шагаем друг за другом лесом и
зеленым лугом.

Все идем мы по дороге, поднимаем
выше ноги.

Через лес бежать нам надо,
ускоряемся ребята.

Зайчик быстрый бежит в поле

Очень весело на воле.

Подражаем мы зайчишке,
непоседы – ребяташки.

Бег между предметами

Лес дремучий, ниже ветки,
Испугались наши детки.

На коленях поскорей

Страшный путь преодолей

Подлезание в ворота на
четвереньках

II. Основная часть.

1. Мы сейчас поднимем руки
и дотянемся до тучки
2. Повернулся правый бок 1,2,3
повернулся левый бок 1,2,3
3. Раз, два, три, четыре, пять
Будем спинку наклонять
4. Сядем, встанем на дорожку,
разомнем мы ножки
5. Раз, два, три, четыре, пять
будем прыгать и скакать
6. Как солдаты на параде,
мы шагаем ряд за рядом
левой раз, левой раз
посмотрите все на нас
 1. мяч вверх, за голову, вверх
исх. положение.
 2. Мяч вперед поворот
туловища, вправо, влево,
исх.пол.
 3. Наклоны вперед

4. Присесть мяч вперед
5. Прыжок, ноги врозь
6. Ходьба и перестроение в колонну

Молодцы, ребята

Размялись, можно отправляться дальше в путь. А вот и карта, которая нам поможет найти золотой ключик.

Пред нами «Поле чудес», его надо пройти, отбивая мяч двумя руками.

Раз – два- три- – беру я мяч

Раз – два- три - он мчится в скачье

Раз – два - три- иду за ним

ОВД:

Инструктор по ФР: Ребята, давайте посмотрим на карту какое следующее препятствие? (приставным шагом держа мяч двумя руками на вытянутые руки впереди себя, спина прямая, голову не опускать.)

Следующее препятствие – болото, его преодолеем, пройдя через мост.

Воспитатель:

Мы шагаем, мы шагаем, руки выше поднимаем

Голову не опускаем, дышим ровно, глубоко

Видишь, как идти легко.

Инструктор по ФР: Последнее задание. Перед нами горы их можно преодолеть, пройдя через туннель. (пролазим в гору (обручи) прямо прижав мяч к груди наклоняемся не касаемся верхнего края обруча)

Воспитатель:

Под горой пролезть не страшно

И в тоннели не опасно
Друг за другом успевайте,
только гору не сломайте.

Воспитатель:

Это чей мы видим дом?
Кто же, кто хозяин в нем?
Мы загадку отгадаем
Кто хозяин, мы узнаем.

Загадка про черепаху.

(на экран высвечивается загадка и отгадка)

воспитатель:

Молодцы, все задания выполнили и ключик нашли.

А вот и «Золотой ключик».

Психолог: Ребята посмотрите – ка сколько на полянке разноцветных цветов. Предлагаю отблагодарить черепаху украсив ее болото. Каждый выберет по одному понравившемуся цветку и посадит на клумбу.

- Дети выбирают цветы (коричневые, серые, красные, голубые, фиолетовые, желтые, зеленые) и украшают клумбу.

- Психолог подводит итог. Клумба получилась яркая, значит у нас все получилась.

Воспитатель: а я знаю игру с «Золотым ключиком»

Подвижная игра «Золотой ключик»

Кто с ключиком рядом стоит, в разные стороны бежит.

Быстро прибегай ключ забирай.

Я иду, иду, иду

Ключ волшебный я несу

Раз, два, три – беги.

Психолог: Вы ребята, я думаю устали. Вы сегодня сделали доброе дело. А теперь нужно отдохнуть. **Мышечная релаксация (Джекобсона)**

Ложитесь на спинку, слушайте звуки природы и отдыхайте.

Реснички опускаются,

Глазки закрываются

Мы спокойно отдыхаем (2 раза)

Сном волшебным засыпаем,

Дышится легко, ровно, глубоко...

(Вдох через нос, выдох через рот)

Наши руки отдыхают, ноги тоже отдыхают,

Отдыхают, засыпают (2 раза)

Дышится легко, ровно глубоко...

Нам понятно, что такое состояние покоя.

Напряженье улетело,

и расслаблено все тело...(2 раза)

Будто мы лежим на травке,

на зеленой мягкой травке,

греет солнышко сейчас – ручки теплые у нас.

Вправо – влево повернись,

Из сказки в сад перенесись.

Хорошо нам отдыхать,

но пора уже вставать,

потянуться, улыбнуться,

Всем открыть глаза и встать.

Воспитатель: Вот мы, ребята и в нашем детском саду.

Вы – молодцы!

