КОНСПЕКТ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ

В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ

ГРУППЕ.

ТЕМА:

«В ГОСТЯХ У СКАЗКИ».

ИНСТРУКТОР ПО

ФИЗИЧЕСКОМУ

ВОСПИТАНИЮ

МДОУ«Детский сад №30»

комбинированного вида

ПУХОВА С.С.

г. Балахна

2007 г.

ТЕМА: «В ГОСТЯХ У СКАЗКИ».

ТИП ЗАНЯТИЯ: по интересам.

ГРУППА: подготовительная к школе.

ЦЕЛЬ: создание условий для самостоятельного выбора

разнообразных движений с целью развития

двигательных способностей и творчества детей.

ЗАДАЧИ: 1.Определить качественные показатели степени

сформированности двигательных навыков в

процессе выполнения основных видов

движений.

2.Закреплять технику выполнения основных видов

движений.

3.Выработать индивидуальную нагрузку, комплекс

физических упражнений для каждого

воспитанника.

4.Развивать двигательные способности детей.

5.Развивать креативность.

6.Развивать интерес к занятиям физической

культурой, сноровку и внимание в игре.

7.Совершенствовать умение детей объединяться в

небольшие подгруппы по интересам.

ОБОРУДОВАНИЕ:

І. **Первая зона**: мячи разных типов и размеров (массажные мячи, мячи – шары, тениссные мячи и т.д.)

**Вторая зона**: обручи разных размеров, скакалки, плоскостные кольца разных размеров, ленты и т.д.

**Третья зона**: полоса препятствий, состоящая из модулей, дуг разных размеров, матов, туннель.

**Четвёртая зона**: тренажёры сложного устройства («Велосипед», «Бегущая дорожка», «Мини – Степпер», «Бегущая по волнам»).

**Пятая зона**: тренажёры простейшего устройства (гантели, эспандеры, диски здоровья, массажёры) ребристые дорожки.

ІІ. 1.Разноцветный «парашют», колпак «Буратино»,

вывески .

2.Аудиозапись с комплексом ритмической гимнастики.

3.Секундомер.

4.Индивидуальные коврики для релаксации.

5.Схемы – модели.

6.Настольно – печатная игра «Две эстафеты».

ХОД ЗАНЯТИЯ.

1-ая часть – подготовительная.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Структура организованной взрослым деятельности. | Деятельность  инструктора по физическому воспитанию. | Деятельность детей. |
| Организационный момент. Игровой прием.  Художественное слово.  Музыкальная загадка.  Вопросы.  Игровой приём. | - Ребята, я приглашаю вас в путешествие по сказке …  В мире много сказок-  Грустных и смешных,  И прожить на свете,  Нам нельзя без них.  В сказке может  Всё случиться…  Слышите!?  Что за сказка к нам  стучится?  (Звучат начальные аккорды песенки «Буратино».)  - Догадались? Молодцы! Я приглашаю вас в зрительный зал, рассаживайтесь поудобнее, представление начинается. | Ответы детей. |

Комментарии.

В начале занятия создаётся игровая мотивация: «приглашение в сказку». Использование этого приёма нацеливает детей на активную двигательную деятельность детей и способствует развитию эмоциональной сферы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разминка  «Ритмическая гимнастика в театре Буратино».  Поощрение детей. | (Инструктор по физическому воспитанию выполняет движения вместе с детьми.  Воспитатель следит за качеством выполнения движений, дозировкой выполнения движений детьми со второй группой здоровья.)  - Какие замечательные артисты в кукольном театре «Буратино». | Дети выполняют движения по показу.  Дети с первой группой здоровья выполняют движения с утяжелителями 200/300 гр.  Дети со второй группой здоровья:  - заменяют часть прыжков хлопками в ладоши, стоя на месте;  - заменяют часть бега с высоким подниманием колен ходьбой на месте, не отрывая носок от пола. |

Комментарии.

Чередование интенсивности нагрузки, выполнение упражнений из разных исходных положений способствует подготовке всех групп мышц к выполнению основных видов движений.

Сюжетное музыкальное сопровождение, создание ярких образов сказочных героев создают высокий эмоциональный настрой.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Игровое упражнение.  Дыхательное упражнение «Надуй воздушный шар».  Вопросы.  Психогимнастика «Полёт на воздушном шаре». Художественное слово. | - Ребята, вы хотели бы попасть в сказочный город? Я предлагаю полететь туда необычным способом – на воздушном шаре. Согласны? Тогда надо их надуть.  А вот ветрам  послушный,  Под самою луной,  Несётся шар  воздушный  Высоко над землёй.  Весь город, как на  блюде,  Раскинулся под ним.  Эй! Маленькие люди!  Смотрите, мы летим!  Покружились,  покружились И на землю  приземлились.  (Воспитатель готовит игровую ситуацию для выполнения основных движений). | Выполняют дыхательное упражнение. Дети с диагнозом бронхиальной астмы выполняют упражнение со звуками, словами.  Импровизация полёта. |

Комментарии.

При выполнении задания решается задача по восстановлению дыхания у детей. Психогимнастика способствует развитию воображения и творчества.

2-ая часть – основная.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Основные виды движений.  Вопросы.  Объяснение.  Игровой приём. | - Куда же мы с вами попали? Ну и чудеса!  Кто здесь живёт? Молодцы, догадались.  - Буратино, Артемон, Мальвина, Пьеро и Папа Карло приглашают вас в гости. Я думаю, что мы с вами успеем побывать у каждого сказочного героя. Но если вы заиграетесь, вам поможет музыкальный сигнал…(Музыкальный руководитель даёт сигнал для перехода детей из зоны в зону, который повторяется через каждые 4 мин.), который напомнит, о том, что пора идти дальше. Всё понятно.  - Добро пожаловать в сказочный город.  (Инструктор по физическому воспитанию осуществляет страховку детей на полосе препятствий, музыкальный руководитель способствует развитию креативности у детей, даёт звуковой сигнал к смене деятельности, воспитатель следит за качеством выполнения движений, контролирует порядок в зонах, старшая медицинская сестра контролирует нагрузку на воспитанников при работе на сложных тренажёрах).  (Инструктор по физическому воспитанию с последним звуковым сигналом обращается ко всем детям).  - Ребята, вот мы с вами и побывали в гостях у всех сказочных героев. Нам пора выйти на улицу сказочного города. Интересно, что нас ждёт дальше? | Ответы детей.  Дети приглашают воспитателя, музыкального руководителя, старшую медицинскую сестру.  Дети объединяются в небольшие подгруппы по интересам, выполняют разнообразные виды движений в соответствии с предложенным оборудованием в пяти зонах: «Театр Буратино», «Школа Мальвины», «Студия Пьеро», «Мастерская Папы Карло», «Цирк Артемона».  Дети со второй группой здоровья выполняют дыхательные упражнения после индивидуальной нагрузки. |

Комментарии.

Выполнение основных видов движений, усложнённых вариантов двигательных заданий поточно-подгрупповым способом позволяет развивать двигательные и функциональные возможности детей, активизирует познавательную и творческую деятельность, повышает интерес к упражнениям, делает детей более организованными.

3-я часть – заключительная.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Подвижная игра «Разноцветная карусель».  Художественное слово. | - Внимание!  Внимание! Почтеннейшая  публика!  Все скорей сюда  бегите,  Подходи, честной  народ!  Начинается веселье –  Карусель вас в гости  ждёт.  (Инструктор по физическому воспитанию одевает на водящего колпак).  -Ну что, детвора, как понравилась игра? | Дети играют в знакомую игру, произнося слова:  - Едет мимо  Буратино,  А на встречу  Карабас,  Артемон, Пьеро,  Мальвина –  Кто обгонит нас  сейчас? |

Комментарии.

Подвижная игра способствует закреплению детьми ориентировке в цвете и его оттенках, развитию ловкости, быстроты реакций.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Анализ занятия.  Вопросы. | - А что больше всего вам запомнилось из нашего путешествия? Почему? | Ответы детей. |

Комментарии.

Это задание позволяет эмоционально пережить каждый запомнившийся этап занятия.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Релаксация «Песенка Сверчка».  Игровой приём. Музыкальная загадка. | (Музыкальный руководитель включает отрывок музыкального произведения).  - Ребята, слышите, кто – то поёт?    Мудрый маленький  Сверчок  Сел на тоненький  шесток.  Стал он песню  напевать,  Сны на веточках  качать.  - Хотите послушать эту песенку, располагайтесь поудобнее.  А теперь все  отдыхаем,  Отдыхаем и мечтаем:  О волшебных берегах,  О невиданных краях…  (Инструктор по физическому воспитанию и воспитатель контролируют позу детей, помогают детям расслабиться).  - О чём вам рассказала песня Сверчка? | Ответы детей.  Ответы детей. |

Комментарий.

Релаксация способствует снятию психо – мышечного напряжения у детей.