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 можетВсё 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 воздушныйВысоко над землёй.Весь город, как на  блюде,Раскинулся под ним.Эй! Маленькие люди!Смотрите, мы летим! Покружились,  покружилисьИ 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 СверчокСел 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.