Лангепасское городское муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида №3 «Светлячок»

**Конспект непосредственно образовательной деятельности по физической культуре**

**в подготовительной к школе группе**

 **«Поможем Олимпийскому Мишке»**

**Инструктор**

**по физической культуре**

**Кваша И. В.**

г. Лангепас

**Образовательная область:** физическая культура.

**Тип занятия:** тематическое.

**Способ организации детей**: подгруппа.

**Место проведения**: физкультурный зал.

**Длительность занятия**: 30 минут.

**Возраст**: 6 - 7 лет (подготовительная к школе группа).

**Цель:** закрепление ранее полученных знаний о спортивных играх и навыков владения элементами спортивных игр: баскетбола, футбола.

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

* Повышать тренированность организма;
* Развивать двигательную активность детей**,** способность к поддержанию правильного положения позвоночника при выполнении общеразвивающих упражнений с мячом, упражнения игрового стретчинга;
* Укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы с помощью дыхательных упражнений;
* Способствовать профилактике нарушения зрения.

**Образовательные:**

* Расширять у детей представления и знания о видах спорта: баскетбол, футбол.
* Упражнять детей в ходьбе гимнастическим, скрёстным шагом, выпадами, в приседе; в беге, выбрасывая прямые ноги вперёд, перепрыгивая через набивные мячи.
* Закреплять навыки и технику выполнения:

1) элементов баскетбола - бросок мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопками; передача мяча в парах способом снизу, от груди и из-за головы; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, продвигаясь, останавливаясь по сигналу и снова продвигаясь; бросок мяча в корзину разными способами: двумя руками из-за головы, от плеча;

2) элементов футбола - ведение мяча ногами змейкой между расставленными предметами, передача мяча друг другу, стоя на месте, забивание мяча в ворота.

**Развивающие:**

* Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, координацию движений при выполнении элементов игр «Баскетбол», «Футбол».

**Воспитательные:**

* Воспитывать ответственное отношение к выполнению правил и различных заданий,
* Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со своими сверстниками в процессе спортивной игры.

**Интеграция образовательных областей:** здоровье**,** социализация**,** труд, безопасность, познание, чтение художественной литературы.

**Технологии, методики, используемые педагогом в мероприятии:**

* **Технология Л.Н. Волошиной**: использование подвижных игр и упражнений с элементами спорта.
* **Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми:** педагогическая поддержка, оказание педагогом оперативной помощи в решении проблемных ситуаций.
* **Здоровьесберегающие технологии:** технология Л.И. Латохиной (статические упражнения), технология В.Ф.Базарного (упражнения для профилактики нарушения зрения), дыхательные упражнения.
* **Информационно - компьютерные технологии**: авторские презентации «Баскетбол», «Футбол»

**Методы и приемы:**

* **Словесный метод**: объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, словесная инструкция.
* **Наглядный метод**:

**Наглядно-зрительные приёмы** – показ физических упражнений, использование наглядных пособий (мультимедийная презентация), зрительные ориентиры (предметы, разметка пола).

**Наглядно**-**слуховые** **приёмы** – сигнал свистка, музыка.

**Тактильно-мышечные приёмы** – непосредственная помощь инструктора.

* **Практический метод:** повторение упражнений, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме.
* **Метод контроля и стимулирования (**анализ деятельности, самооценка детьми результатов деятельности).

**Предварительная работа:** разучивание элементов спортивных игр и упражнений – баскетбола и футбола, техники игры в футбол по упрощённым правилам. Просмотр презентации «Летние виды спорта».

**Оборудование и материал:**

* Экран, мультимедийное оборудование;
* Мультимедийная презентация «Баскетбол», «Футбол»;
* Аудиозапись;
* Мяч баскетбольный, мяч футбольный;
* Мячи по количеству детей;
* Набивные мячи (5шт.);
* Баскетбольные корзины (3шт.);
* Ориентиры – конусы (6шт.);
* Дуги для подлезания (4шт.);
* Детские футбольные ворота (2шт.);
* Карточки с нарисованными мячами (16шт.);
* Нарисованные футбольные ворота;
* Мольберт;
* Карточки с домашним заданием по количеству детей.

**Ход непосредственно образовательной деятельности.**

**Вводная часть (5 мин)**

**Инструктор:**

Здравствуйте, ребята. Совсем недавно в Сочи прошла зимняя Олимпиада. Мы много говорили о ней, смотрели соревнования по телевизору. И вы знаете, сегодня утром на мою почту в интернете пришло письмо от белого мишки – символа зимней Олимпиады. Вот сейчас я его прочитаю. (Включается презентация №1)

«Дорогие ребята детского сада «Светлячок». Вы, наверное, видели, что я плакал, когда задувал олимпийский огонь. Мне было очень грустно, что олимпиада закончилась. Но мои друзья меня утешили и сказали, что хоть и зимние соревнования закончились, но скоро наступит лето и можно будет играть в летние спортивные игры. Но я белый мишка и знаю только зимние игры: хоккей, биатлон, фигурное катание и многие другие. У меня дома есть 2 мячика, но я совсем не умею с ним играть. Помогите мне, расскажите, какие вы знаете летние виды спорта с мячами и научите, как в них играть. Заранее вас благодарю. Ваш олимпийский мишка»

Да, вот такая история. Поможем Мишке, расскажем и покажем то, что мы знаем и умеем? А для того, чтобы Мишка это увидел, мы всё снимем на камеру и перешлём ему.

Ребята, давайте вспомним, в какие игры мы играли с вами, посмотрите на фотографию и скажите, что это за игра? (просмотр презентации про баскетбол). В баскетбол играют баскетбольными мячами, а один из мячей Мишки - баскетбольный (показ баскетбольного мяча). Для того, чтобы научиться играть в баскетбол, надо хорошо владеть им. У нас тоже есть детские мячи и с ними весело делать разминку! Смотри, олимпийский Мишка!

Слушай команду – мячи взять, в шеренгу стройся, направо, шагом марш.

* Обычная ходьба с мячами в руках в колонне по одному;
* Ходьба на носках мяч вверх;
* Ходьба гимнастическим шагом, мяч внизу;
* Ходьба скрестным шагом, выпадами, в приседе;
* Бег обычный
* Бег, выбрасывая прямые ноги вперёд;
* Перепрыгивая через набивные мячи;
* Ходьба с восстановлением дыхания.

**Основная часть (20 мин).**

Сейчас мы сделаем разминку с мячами.

**ОРУ с мячами.**

1. **«Вверх»**

И.п.: о.с., мяч внизу, 1-2 – подняться на носки, мяч вверх, потянуться; 3-4 – и.п. (6 раз)

1. **«Наклонись и застынь»** (упражнение игрового стретчинга Л.И. Латохиной)

И.п.: стойка ноги врозь, мяч внизу. 1 – мяч вверх, 2 -3 – наклон вправо, застыть, 4 – мяч вверх, 5 – и.п.; 6-10 – в другую сторону. (6-7 раз)

1. **«Выпад»**

И.п.: узкая стойка, мяч внизу. 1- выпад правой ногой, мяч вперёд. 2 - и.п. 3-4 – то же другой ногой. (6-8 раз)

1. **«Поворот»**

И.п.: стойка ноги на ширине плеч, мяч у груди. 1-2 – поворот вправо, дотронуться мячом до поясницы; 3-4 – и.п.; 5-8 – в другую сторону. (8 раз)

1. **«Наклоны»**

И.п.: стойка ноги на ширине плеч, мяч у груди. 1-3 – наклон вперёд, коснуться мячом правой ноги, пола, левой ноги; 4 – и.п. (6 раз)

1. **«Приседания»**

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч внизу. 1- присесть, руки с мячом вперёд, 2 – встать, и.п. (6-7 раз)

1. **«Прыжки»**

И.п.: стойка, мяч зажат между ступнями ног. Прыжки на месте, стараясь не уронить мяч.

 **8. «Вдохни глубоко»**

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч внизу. 1-2 – поднять мяч вверх, глубоко вдохнуть, 3-4 – опустить мяч вниз, выдохнуть. (6-7 раз).

**Инструктор**. Баскетболисты должны быть очень меткими и хорошо видеть. Сейчас мы поиграем в игру, которая поможет нашим глазам быть здоровыми и хорошо видеть (проводится зарядка для глаз по методике Базарного).

Мячик в руки взяли

С ним мы поиграли.

Далеко ты отнеси,

Близко к носу поднеси.

Влево полетел,

Влево посмотрели.

Вправо полетел

Вправо посмотрели.

С мячиками мы играли

Быстро-быстро заморгали.

1,2,3, - глаза закрой

1,2,3 –глаза открой.

**Инструктор**. А теперь мы потренируемся выполнять элементы игры в баскетбол.

* **Броски мяча вверх с хлопками и ловля его**.

Вверх подброшу мячик свой

Точно-точно над собой,

На лету схвачу руками,

Подтяну к груди локтями.

* **Удары мячом об пол поочерёдно, то правой, то левой рукой.**

То одной, то другой

Бью по мячику рукой.

Убежит он, догоню,

Я на месте не стою.

* **Ведение мяча, одной рукой, передавая его из одной руки в другую, продвигаясь вперёд, останавливаясь по сигналу и снова продвигаясь.**

Я бегу, а мячик мой

Рядом скачет под рукой.

От ладошки не уйдёт,

Звонко песенку поёт.

* **Игра «Передал – садись».** Передача мячей в парах способами снизу, от груди и из-за головы.
* **Забрасывание мячей в корзину** разными способами: двумя руками из-за головы, от плеча.

**Инструктор**. Летом можно играть не только в баскетбол. Внимание на экран. Отгадайте загадку… (просмотр презентации про футбол). Вот и футбольный мяч – он тоже есть у нашего друга Мишки.

**Инструктор***.* Мы сейчас будем тренироваться, как настоящие футболисты.

* **Игровое упражнение «Ловкие ребята»**

Дети становятся в колонну. По сигналу ведут мяч цепочкой между ориентирами, подбирая ногу для обводки.

**Инструктор**. Ребята, сейчас мы разобьёмся на пары, и продолжим тренировку уже в парах.

* **Игровое упражнение «Точный удар»**

Дети становятся вдоль площадки парами, расходятся на расстояние 3 - 4м друг от друга. Направляют мяч ударом внутренней стороной подъёма, останавливают подошвой. Задача: точно выполнить удар, при остановке не потерять мяч.

* **Игровое упражнение «Забей в ворота»**

Дети делятся на 2 команды («Нападающие» (синие манишки), «Защитники» (зелёные манишки). Нападающие по очереди забивают мячи. Защитники стараются поймать, отбить мячи, возвращают их обратно нападающим. Затем дети меняются местами, меняется и название команд.

**Инструктор**. Мы провели тренировку, как настоящие футболисты и сейчас я предлагаю вам поиграть в настоящий футбол.

**Подвижная игра «Футбол».**

Дети делятся на 2 команды, выбирается 2 вратаря и начинается игра в футбол по упрощённым правилам.

**Заключительная часть. (5 мин)**

**Инструктор**. Молодцы, у нас получился настоящий футбольный матч! А сейчас я хочу предложить вам поиграть с мячом в более спокойную игру.

**Игра «Не выпусти мяч из круга»**

Дети стоят по кругу. Один мяч в кругу. Передавать мяч друг другу, выполняя удары в разных направлениях (вправо, влево), стараясь не выпустить мяч из круга.

**Инструктор**. Мы сегодня много тренировались. А вы видели когда-нибудь спортсмена, у которого была плохая осанка? Нет, конечно! Выполним сейчас упражнение для здоровой спины.

**Упражнение игрового стретчинга «Ах, ладошки, вы, ладошки!»**

Ах, ладошки, вы, ладошки!

За спиною держим вас,

Это нужно для осанки,

Это точно, без прикрас!

**Инструктор.** Молодцы, ребята, вы показали Мишке, как можно играть с мячом. С какими играми мы познакомили нашего друга? Правильно, с баскетболом и футболом. Вам понравилось выполнять сложные элементы спортивных игр? Как вы думаете, всё ли вам удалось сегодня? Вот здесь лежат мячики. Одни мячики весёлые, а другие грустные. Если вам понравилось заниматься с мячом, вы считаете, что вам всё удалось сегодня на занятии, возьмите весёлый мяч и пометите его в футбольные ворота. А если вы считаете, что вы со многим не справились, вам было очень трудно, возьмите грустный мяч и тоже поместите его в ворота. Вот такие замечательные ворота получились! Нашу видеозапись мы сейчас отправим олимпийскому Мишке и он уже не будет плакать, а будет играть с мячами по все правилам. А чтобы вы не забывали играть в спортивные игры я вам дам домой карточки с домашним заданием. Выполняйте его вместе с родителями, братьями и сёстрами! Спасибо, ребята, будьте здоровы, играйте в спортивные игры, до свидания!

Приложение 1.

**Домашнее задание.**

**1 задание**. Если вы сможете высоко подбросить и словить мяч, нарисуйте веточку у ёлочки, и так у вас получится пушистая ёлочка.

**2 задание**. Если вам удастся забросить мяч в корзину, закрасьте ячейку на баскетбольной корзине.

**3 задание**. Надо стать в круг, положить мяч, закрыть глаза. Сделать поворот, ударить по мячу. Если попал, закрась часть мяча.



Приложение.2

**Самоанализ занятия.**

 Самоанализ непосредственной образовательной деятельности по физическому развитию, образовательная область «Физическая культура». Занятие проводилось с детьми подготовительной к школе группе, с подгруппой детей (10 человек).

**Тема занятия**: «Поможем Олимпийскому Мишке».

**Цель** данного занятия направлена на закрепление ранее полученных знаний о спортивных играх и навыков владения элементами спортивных игр: баскетбола, футбола и взаимосвязана с целями других занятий (образовательных областей «Здоровье», «Познание», «Социализация», «Коммуникация»).

 В процессе проведения занятия решала следующие задачи:

 **Оздоровительные:**

1. Повышать тренированность организма;
2. Развивать двигательную активность детей**,** способность к поддержанию правильного положения позвоночника при выполнении общеразвивающих упражнений с мячом, упражнения игрового стретчинга;
3. Укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы с помощью дыхательных упражнений;
4. Способствовать профилактике нарушения зрения.

**Образовательные:**

1. Расширять у детей представления и знания о видах спорта: баскетбол, футбол.
2. Упражнять детей в ходьбе гимнастическим, скрёстным шагом, выпадами, в приседе; в беге, выбрасывая прямые ноги вперёд, перепрыгивая через набивные мячи.
3. Закреплять навыки и технику выполнения:

а) элементов баскетбола - бросок мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопками; передача мяча в парах способом снизу, от груди и из-за головы; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, продвигаясь, останавливаясь по сигналу и снова продвигаясь; бросок мяча в корзину разными способами: двумя руками из-за головы, от плеча;

б) элементов футбола - ведение мяча ногами змейкой между расставленными предметами, передача мяча друг другу, стоя на месте, забивание мяча в ворота.

**Развивающие:**

* Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, координацию движений при выполнении элементов игр «Баскетбол», «Футбол».

**Воспитательные:**

1. Воспитывать ответственное отношение к выполнению правил и различных заданий,
2. Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со своими сверстниками в процессе спортивной игры.

 **Отбор содержания непосредственно образовательной деятельности** осуществлялся с учетом федеральных государственных требований.Содержание обучающих и воспитательных задач соответствует задачам реализуемой образовательной программы «Детство», раздела «Растим детей активными, ловкими и жизнерадостными» и построено с учетом принципа интеграции образовательных областей: «Здоровье» (выполнение дыхательных упражнений, гимнастики для глаз), «Социализация» (умение объединяться в игре со сверстниками, оценка своих действий и поведения), «Музыка» (выполнение движений, отвечающих характеру музыки), «Познание» (расширение кругозора детей в области спортивных игр), «Коммуникация» (умение сотрудничать в совместной двигательной деятельности, договариваться об условиях игры, объяснять её правила), «Труд» (помощь в подготовке спортивной среды, аккуратное обращение со спортивным инвентарем, физкультурным оборудованием), «Чтение художественной литературы» (интерес к слушанию художественных произведений о физических упражнениях и спортивных играх), «Безопасность» (закрепление навыков соблюдения правил безопасного поведения в спортивных играх, соблюдение двигательной безопасности).

При разработки занятия соблюдены принципы: активности, наглядности, систематичности, последовательности, доступности, научности, индивидуально- дифференцированного подхода, оздоровительной направленности.

 **Логичность изложения содержания образования** основа на поэтапномпостроении занятия, взаимосвязи этапов и четкости перехода от одного этапа к другому.

 **Структура занятия:**

- Вводная часть: (организация детей) – 5 минут

- Основная часть: (двигательная деятельность) - 20 минут

- Заключительная часть (подведение итогов) - 5 минут

 Структура занятия вполне оправдана, так как каждая часть занятия направлена на решение определенных педагогических задач и предлагает выбор адекватных методов и приемов. Непосредственно образовательная деятельность была направлена на решение проблемно-игровой ситуации: помочь Олимпийскому Мишке. Для повышения мотивации к двигательной деятельности был введен герой - символ Олимпийских игр Мишка.

 В содержание занятия включены игры и игровые упражнения, цели которых взаимосвязаны и соответствуют цели занятия.

 На занятии использованы разнообразные способы организации двигательной деятельности детей: фронтальный, групповой, индивидуальный.

 **Вводная часть непосредственно образовательной деятельности (НОД)** предполагала организацию детей, активизацию внимания, формирование интереса к двигательной деятельности, подготовку организма к большой физической нагрузке в основной части.Получение письма от Олимпийского Мишки мотивировало детей на дальнейшую деятельность, вызвало желание помочь герою. Детям было предложено показать элементы спортивных игр с мячами, которыми они владеют, снять всё это на видеокамеру и отправить полученную запись Олимпийскому Мишке. Дети с интересом приняли предложение и настроились на совместную деятельность.Послепоказа презентации «Баскетбол», которая уточнила знания детей о спортивной игре, дети провели разминку с мячами.

 **В основной части НОД** проходило закрепление навыков и совершенствование техники элементов игр «Баскетбол», «Футбол». В основную часть НОД были включены общеразвивающие упражнения для рук, ног, туловища: «Вверх», «Наклонись и застынь», «Выпад», «Поворот», «Наклоны», «Приседания», «Прыжки», «Вдохни глубоко». Они способствовали развитию двигательных качества ребёнка, подготовили организм к овладению сложными действиями.

 С целью профилактики нарушения зрения, тренировки мышц глаза была проведена гимнастика для глаз по методике В.Ф.Базарного, после которой дети выполняли игровые упражнения с элементами игры «Баскетбол»:

**Бросок мяча вверх с хлопками и ловля его.**

Упражнение способствовало совершенствованию умения оценивать мышечное усилие при броске вверх, скорость полёта мяча, развивало координацию и скорость реакции.

**Удары мячом об пол поочерёдно, то правой, то левой рукой.**

Ребята упражнялись в отбивании мяча об пол несколько раз подряд без остановки, меняя руку, встречая мяч мягкой ладонью с развёрнутыми мягкими пальцами, не хлопая

сомкнутыми пальцами.

**Ведение мяча, одной рукой, передавая его из одной руки в другую, продвигаясь вперёд и останавливаясь по сигналу и снова продвигаясь.**

С помощью этого упражнения воспитанники закрепляли умение выдерживать прямолинейное направление, соотносить силу удара с расстоянием. Развивалась ловкость, координация движения, умение реагировать на звуковой сигнал.

В игре **«Передал – садись»** детисовершенствовали навык передачи мяча в парах

способами снизу, от груди, из-за головы, у ребят развивалась двигательная реакция.

Ребята упражнялись в **забрасывании мяча в баскетбольную корзину** разными способами: двумя руками из-за головы, от плеча.

После отработки приёмов игры «Баскетбол» ребятам была предложена авторская презентация «Футбол», с помощью которой они систематизировали свои знания об этой спортивной игре и сразу же приступили к выполнению элементов игры «Футбол»:

Упражнение **«Ловкие ребята».**

С помощью этого упражнения воспитанники закрепляли умение вести мяч между ориентирами, подбирая ногу для обводки.

Следующие упражнения ребята выполняли в парах. Считаю удачным распределение по парам с помощью спортивных манишек с номерами.

Игровое упражнение **«Точный удар».**

Ребята совершенствовали навык точной передачи мяча в парах, направляя мяч ударом внутренней стороны подъёма, не теряя мяч, останавливать его подошвой.

В игровом упражнении **«Забей в ворота»** воспитанники упражнялись в умении

 выполнять точный удар по мячу, забивать мяч в ворота, принимать мяч, останавливая его ногой.

В заключение основной части, как и предписано методикой, была проведена игра высокой степени подвижности – спортивная игра **«Футбол»** (по упрощённым правилам).

В процессе игры дети старались использовать уже знакомые приёмы работы с мячом, учились играть в коллективную игру, соблюдая правила.

 Непосредственно образовательная деятельность была построена с использованием элементов современных образовательных технологий: технологии Л.Н.Волошиной (использование подвижных игр и упражнений с элементами спорта);
здоровьесберегающей технологии Л.И. Латохиной (статические упражнения), В.Ф. Базарного (упражнения для профилактики нарушения зрения), дыхательных упражнений; технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми (педагогическая поддержка, оказание педагогом оперативной помощи в решении проблемных ситуаций);
информационно-компьютерных технологий (презентаций «Письмо Мишки», «Баскетбол», «Футбол»). Индивидуализация обучения проявлялась в оказании затрудняющимся при выполнении заданий детям помощи, напоминания, дополнительного объяснения, показа.

**В заключительной части НОД** с целью снижения эмоциональной и физической нагрузки была проведена игра малой подвижности «**Не выпусти мяч из круга»**, на которой дети совершенствовали умение передавать мяч друг другу, выполняя удары в разных направлениях (вправо, влево), стараясь не выпустить мяч из круга.

Упражнение игрового стретчинга **«Ах, ладошки, вы, ладошки!»** способствовало развитию способности к поддержанию правильного положения позвоночника, укреплению костно-мышечной системы.

Также в заключительной части занятия подводился итог деятельности, используя метод анализа успешности выполнения заданий и метод оценки детьми своих возможностей. Ребятам в качестве инструмента для оценки собственной успешности в процессе непосредственно образовательной деятельности было предложено выбрать: весёлый мячик, если им понравилось заниматься с мячами, они считают, что всё удалось. И грустный мячик, если ребята со многим не справились, им было очень трудно, и они считают, что не смогли помочь Мишке. Выбранные мячи ребята поместили в нарисованные футбольные ворота. Самооценка показала, что все дети оценили результаты своей деятельности с помощью весёлого мячика.

В конце занятия, в качестве домашнего задания (в детском саду оно имеет условный характер), были предложены детям карточки с заданиями на отработку элементов баскетбола и футбола, которые они могут выполнить дома с родителями.

Грамотно организованная непосредственно образовательная деятельность, чёткое соблюдение структуры позволило провести занятие, не выходя за рамки времени – 30 минут, с высоким уровнем двигательной активности, общая и моторная плотность была в пределах нормы.

На протяжении всего занятия дети были активными, с удовольствием выполняли предложенные игры и задания.

Поставленные в непосредственно образовательной деятельности задачи были выполнены.