Конспект занятий для старшей и подготовительной группы

«Юные олимпийцы»

Цель: формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

Образовательная область « Физическая культура»

Задачи:

1. Познакомить с историей древнего и современного олимпийского, движения, с олимпийской символикой.
2. Повышать уровень осознанного выполнения движений детьми , формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
3. Совершенствовать основные движения и двигательные умения и навыки детей: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, в перестроениях и прыжках.
4. Развивать интерес к зимним видам спорта.

Образовательная область «Здоровье»

Задачи:

1. Сохранять и укреплять физическое здоровье детей
2. Формировать и закреплять навыки соблюдения правил безопасного поведения в подвижных играх

Образовательная область «Познание»

Задачи:

1. Обогащать знания детей о значимости двигательной активности и здорового образа жизни
2. Развивать мотивацию к стремлению быть подрастающей сменой олимпийских чемпионов
3. Поддерживать нравственные проявления детей в двигательной деятельности

Образовательная область «Музыка»

Задачи:

1. Продолжать воспитывать у детей потребность в красивом и ритмичном выполнении упражнений, сочетая движения с музыкой

Образовательная область «Социализация»

Задачи:

1. Поддерживать веру ребенка в свои возможности и собственные силы

-Материалы и оборудование:

- Мячи

- Обручи

- Кубики

- Гимнастические палки

Ход занятия:

Вводная часть.

Построение. Приветствие.

-Дорогие ребята, в феврале 2014 года в Сочи будут проводиться Зимние Олимпийские Игры

Что такое Олимпиада?

Это – честный спортивный бой

В ней участвовать- это награда

Победить же может любой

-Ребята, а какие зимние виды спорта вы знаете?

Может, кто-нибудь из вас станет через несколько лет станет Олимпийским чемпионом, а сегодня мы с вами станем юными Олимпийцами и проверим свои силы на нашем занятии.

Приступаем к разминке.

-Напра-во, по залу шагом марш.

Вращение кистями вперед, назад. Вращение локтями вперед, назад. Руки в замок, руки вперед, руки вверх. Ходьба в полуприседе, ходьба в приседе.

Бег по залу. Шагом марш. Упражнения навосстановление дыхания.

Перестроение для выполнения комплекса ОРУ.

1. И.п.- основная стойка

1-2- руки вверх, правая нога назад, прогнуться

3-4- и.п

5-6- руки вверх,левая нога назад, прогнуться

7-8- и.п.

2. И.п.- о.с. руки на пояс

1-2- наклон головы вправо

3-4- наклон головы влево

3. И.п.-о.с. «мельница»

1-2-3-4- вращение руками вперед

5-6-7-8- вращение руками назад

4. И.п.-о.с., руки перед грудью

1-2- поворот вправо, руки в стороны

3-4- поворот влево, руки в стороны

5. И.п.-о.с. « дровосеки»

1-2- наклон вперед, руки вниз

3-4- и.п.

6. « самолет» И.п.-ноги врозь, руки в стороны

1-2-наклон к правой ноге

3-4- наклон к левой ноге

7. И.п.-о.с. руки на пояс

1-2- правую ногу на пятку, руки в стороны

3-4-и.п.

5-6- левую ногу на пятку, руки в стороны

7---8- и.п.

8. И.п.-о.с.

1-8- прыжки на месте, ноги скрестно, ноги врозь

Перестроения для участия в эстафетах.

Придумываем название команд.

1 эстафета

«Слалом»-бег между кеглями с передачей эстафетной палочки

2 эстафета

«Конькобежцы» скольжение между кеглями, не отрывая ног от пола

3 эстафета

« Лыжные гонки» имитируя ходьбу на лыжах, пройти между кеглями

4 эстафета

«Биатлон» бросание мешочков в обруч

5 эстафета

« Хоккей» ведение мяча клюшкой

Подведение итогов- победила дружба.

Познавательная игра- собрать из обручей эмблему Олимпиады: две команды по пять человек составляют эмблему Олимпиады.

- А теперь я предлагаю всем участникам наших соревнований сделать круг почета.

Построение и вручение дипломов.

Участники покидают зал, прощаются с гостями.