Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования детей

«Детский оздоровительно-образовательный физкультурно-спортивный центр» г.Калачинска Омской области

Конспект образовательной области

 «физическая культура»

**«Как ребята ёлочку расколдовали».**

*(для детей старшей группы)*

Разработчик:

Гурина Елена Александровна,

педагог дополнительного образования

Калачинск-2012г.

Тема: «Как ребята ёлочку расколдовали».

Цель: Развитие физических способностей.

Задачи:

1. *Развивать физические качества: меткость, выносливость, равновесие, координацию движений.*
2. *Закреплять навык выполнения двигательных действий: метание снежка в цель, прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, ходьба по гимнастической скамье.*
3. *Совершенствовать речь, высказывать предположения и делать простые выводы.*
4. *Формировать представление о времени года – зиме.*

Физкультурно-игровое оборудование: гимнастическая скамейка, обручи, мячи по количеству детей, иллюстрации о зимних видах спорта, ёлка, метла, разноцветные ленточки, мандарины по количеству детей, рукавица, музыкальное сопровождение.

 **Ход НОД:**

Дети входят в зал, здороваются. Педагог предлагает детям удобно расположиться на ковре.

Педагог: Послушайте ребята стихотворение:

 «Зимушка-зима»

 Повела зима над нами

 Снеговыми рукавами

 И рассыпала снежинки

 На поля и на леса

 Мы с горы кататься будем

 Мы в снежки сражаться будем

 И поэтому нам очень,

 Очень нравится… Зима!

Педагог: Ребята, а вы любите зиму?

Дети: Да.

Педагог: А почему?

Ответы детей.

Педагог предлагает просмотреть иллюстрации о зимних видах спорта.

Дети рассматривают иллюстрации, идёт обсуждение.

В ходе беседы педагог и дети вспоминают правила безопасного поведения в зимнее время года (одежда, температурный режим, гулять только с родителями, опасность нахождения на льду, опасность катания с горок у проезжей части).

Педагог: Ребята, а как вы думаете какой праздник зимой самый главный?

Ответы детей.

Педагог: Конечно же, Новый год! Ведь только в Новый Год происходят чудеса, волшебство и исполняются все желания. Ребята, а кого вы ждёте с нетерпением на новогодний праздник в гости?

Ответы детей.

Педагог: Волшебная гостья зимы– Ёлка- зелёная иголка. К встрече с нею мы с вами подготовимся. Возле ёлки в Новый Год дети водят хоровод. Да? А чтобы в хороводе хорошим танцором быть, надо упражнения хороводные повторить.

Дети встают.

Дети подходят к ёлке, а ёлки нет. Она исчезла. Вместо ёлки лежит метла. На столе дети замечают конверт. Педагог открывает конверт и читает письмо: « Нового Года у вас не будет, ёлку я заколдовала, вместо ёлки будет метёлка! Подарков вам не видать!»

Педагог: Ребята я знаю, чьи это проделки, такое может сделать только баба Яга. Ёлку нам надо выручать. А как ёлочке мы можем помочь? (ответы детей). А я знаю! Мы будем все задания правильно, красиво, очень старательно выполнять и ёлочку из беды выручать. А задания такие: сначала мы сделаем с вами массаж.

Педагог с детьми проводит оздоровительный массаж тела.

Дети выполняют разогревающие хлопки на соответствующие слова (Приложение №1).

1. Вводная часть. Дети выполняют под музыку «Потолок ледяной, дверь скрипучая» ( файл №1).

Построение в колонну по одному.

Ходьба в колонне по одному.

Бег в колонне по одному, держась за руки, с ускорением, со сменой направления.

Ходьба приставным шагом вправо, влево.

1. Общеразвивающие упражнения «Зимушка-зима» (Приложение №2).
2. Основные виды движений:
* Ходьба по гимнастической скамейке.
* Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд из обруча в обруч.
* Перешагивание предметов.

Дети выполняют задания в колонне по одному. Педагог обращает внимание на правильное выполнение заданий, на осанку, поощряет детей, у которых получается выполнение задания (напоминает детям, что вашими стараниями мы поможем ёлочке и расколдуем её).

Педагог предлагает детям распределиться на две группы по определённому признаку (у детей на груди треугольники жёлтого и квадраты синего цвета, которые пронумерованы).

* Метание мячей в цель.

Первая группа работает с воспитателем, а вторая с инструктором (педагоги держат обруч, в который дети метаю мячи. Педагог поощряет правильное выполнение задания ).

Подвижная игра: « Я- весёлый Дед Мороз»

С помощью считалки выбирают водящего ребёнка, надевают рукавицу и нос. Ребёнок превращается в Деда Мороза и говорит:

«Добрый день, честной народ

 Вы меня узнали?

 Те же щёки, тот же нос!

 Я - весёлый Дед Мороз.

 Поиграю с вами.

 Вы скорее убегайте,

А то я вас поймаю!

По сигналу свистка дети убегают от Деда Мороза. Дед Мороз старается догнать и задеть рукавицей играющего. Пойманный ребёнок становится в обруч.

Игра повторяется три раза.

Педагог: Ребята, ну где же всё-таки ёлочка? Наверное, мы с вами сегодня не старались выполнять задания и колдовство не победили.

Предлагаю детям пройти в свою групповую комнату, может быть ёлочка там вас ждёт?

Дети выходят из зала.

В этот момент в зале выставляется ёлочка, украшенная мандаринами (метла прячется). Звучит песня: «Ёлочка, ёлка - лесной аромат» (файл №2).

Дети возвращаются и с радостью подходят к ёлочке.

Педагог: Ребята! Мы расколдовали с вами ёлочку! И она в благодарность вернулась к нам с подарками.

 Педагог предлагает детям собрать мандарины в корзину, это будет ваше угощение, но с грустью замечают, что ёлочка теперь не нарядная. Как же мы будем встречать Новый год? Что же мы будем делать? (выслушивает ответы детей).

Предлагает детям разноцветными ленточками украсить ёлочку. Дети одновременно берут ленточки и завязывают их на ёлочке, при этом закрыв глаза, загадывают новогоднее желание.

Комплекс психогимнастики: «Я – ёлочка» (Приложение №3)

Рефлексия:

Ребята, какая беда с ёлочкой приключилась?

Что мы делали для того, чтобы ёлочку расколдовать?

(ответы детей).

Педагог: Да ребята, вы молодцы, вы очень сегодня старались, выполняли задания и поэтому мы ёлочку расколдовали.

Благодарит детей за работу.

**Оздоровительный массаж тела.**

Делать быстрые, частые хлопки на соответствующие слова:

Чтобы не зевать от скуки,

Встали и потёрли руки,

А потом ладошкой в лоб-

хлоп-хлоп-хлоп.

Щёки заскучали тоже?

Мы и их похлопать можем

Ну-ка дружно, не зевать:

Раз, два, три, четыре, пять!

Вот и шея. Ну-ка, живо

Переходим на загривок.

А теперь уже, гляди

Добрались и до груди

Постучим по ней на славу:

Сверху, снизу, слева, справа.

Постучим и тут, и там,

И немного по бокам

Не скучать и не лениться!

Перешли на поясницу.

Чуть нагнулись, ровно дышим,

Хлопаем, как можно выше.

Приложение №1

**Психогимнастика**

 **«Я - ёлочка»**

С помощью мимики и движений дети изображают ёлочек.

* Я – сильная ёлочка,

Протягиваю ветки-

Руки к солнцу.

* Я – нежная ёлочка,

Опустила ветки – руки

К земле.

* Я – печальная, тоненькая

ёлочка, качаюсь от

ветра, и мне всегда

очень грустно.

* Я – весёлая ёлочка, колючая

иголочка ( ручки – ветки на пояс).

* Мы ёлочки – зелёные иголочки

Живём очень дружно, не ссоримся

(прикасаются ладошками друг к другу).

* Мы одна дружная семья ёлочек!

Обнимают друг друга за плечи).

Приложение №3

**Комплекс общеразвивающих упражнений**

**«Зимушка-зима».**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Методические указания** |
| Мы шагаем, мы шагаем,К верху руки поднимаемВ стороны их разведём,Вниз опустим и пойдём. | Ходьба с движениями рук вверх, в стороны, вниз. |
| Мы шагаем по сугробам,По сугробам крутолобым. | Ходьба с выпадами. |
| Поднимай повыше ногу,Проложи себе дорогу. | Ходьба с высоким подниманием колена. |
| На коньках мы заскользим,Друг за другом побежим. | Лёгкий бег. |
| Не боимся мы пороши-Ловим снег, хлопок в ладоши!Руки в стороны! По швам! | Руки в стороны, хлопок перед собой. |
| Снега хватит нам и вам! | Педагог берёт из корзины мячики и поочерёдно бросает детям. |
| Вверх подбрось ты свой снежок,И поймай его, дружок. | Подбрасывать мячик вверх и ловить двумя руками. |
| Выше ногу поднимиИ снежок переложи. | Переложить мяч под ногой из одной руки в другую. |
| Ты снежок всем покажи,Вправо, влево поверни. | Повороты вправо-влево с перекладыванием мяча из одной руки в другую. |
| Со снежком ты приседай:Сели, встали! Не зевай! | Приседание, вытягивая руки с мячом перед собой. |
| Потянулись за снежком-Спину хорошо прогнём. | Наклон вперёд, прогибая спину, потянувшись за мячом. |
| Дружно дети наклонилисьИ снежки все положили. | Наклон, мяч положить на пол; выпрямиться. |
| Дружно встали-Раз, два, три!Вот снежочки, посмотри! | Наклон, поднять мяч; выпрямиться. |
| Размахнись рукой - бросок!Прямо в цель летит снежок! | Метание, стараясь попасть мячом в корзину. |
| А теперь скорей за дело-Будем прыгать мы умело! | Разные виды прыжков («Буратино», с поворотом на счёт 4 «звёздочка») в чередовании с ходьбой. |
| Носиком сейчас вдохниИ дыханье задержи.Выдыхаем воздух ртом,«Пых» мы говорим потом. | Дыхательные упражнения. |

Приложение №2