План- конспект непосредственной образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста в старшей группе.

 «Я расту здоровым!»

Интеграция образовательных областей: «Физическая культура», «Коммуникация», «Здоровье», «Безопасность», «Социализация», «Познание», «Музыка»

Задачи:

 «Физическая культура»

-знакомить детей с играми, играми-эстафетами, элементами соревнования;

 -развивать у детей самостоятельность, инициативу в двигательных действиях;

- совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, точности, выразительности их выполнения у детей;

-развивать у детей быстроту, силу, выносливость, ловкость;

- комбинировать движения, проявляя творческие способности детей дошкольного возраста.

«Коммуникация»

-решать спорные вопросы и улаживать конфликты детей с помощью речи;

«Здоровье»

-формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании у детей дошкольного возраста;

-развивать способность у детей к самоконтролю при выполнении движений;

«Безопасность»

-формировать у детей 5-6 лет навык безопасного поведения в играх- эстафетах, играх парами;

-способствовать развитию у детей осторожного отношения к потенциально опасным ситуациям;

 «Социализация»

-приобщать детей к правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми (в игре, в дискуссиях).

«Познание»

Совершенствовать у детей умение двигаться в заданном направлении меняя его по сигналу.

-способствовать развитию познавательной деятельность у детей старшей группы (зачем мы занимаемся физической культурой)

 «Музыка»

-развивать у детей чувство ритма, умение выполнять физические упражнения под музыку.

Методы и приемы

Практические: перестроение выполняется во время игры «Волна»; игровые упражнения «Поворот», «Воротики», «Посигутки», «Паровоз», «Тачанка», «Чехарда»; подвижная игра «Ворота», эстафеты «Полоса препятствий», «Змея», «Чья команда быстрее построится», «Пушбол»; хороводная игра «Раз, два, три».
Наглядные: показ игровых упражнений «Поворот», «Воротики», «Посигутки», «Паровоз», «Тачанка», «Чехарда».

Словесные: беседа «Зачем мы занимаемся физической культурой?»; перед игровыми упражнениями произносятся четверостишия, объяснение правил игры.

Материалы и оборудование: 2дуги, 2лесенки, 6 обручей, волейбольная сетка, мячи по количеству детей.

Формы организации совместной деятельности

|  |  |
| --- | --- |
| Детская деятельность | Формы и методы организации совместной деятельности |
| 1.Двигательная деятельность | Игровые упражнения, подвижная игра с правилами, соревнования |
| 2.Игровая деятельность | Игра с речевым сопровождением, игры с правилами |
| 3.Комуникативная деятельность | Диалог, беседа,обьяснение |
| 4.Трудовая деятельность | Самообслуживание |

Логика образовательной деятельности

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Деятельность воспитателя | Деятельность воспитанника | Ожидаемый результат |
| 1.2.3.4.5.6.7.8.9.101112131415 | Обратила внимание, прочитала: Спорт ребятам очень нужен, Спорт – здоровье, спорт – игра,Всем  Ребята, зачем мы с вами занимаемся физкультурой?Нас солнца луч смешит и дразнит,Нам нынче весело с утра.Сегодня здесь чудесный праздникИ главный гость на нем игра!Игрокросс мы начинаем,Всем здоровья пожелаем.Перестроение «Волна» даются команды:Через центр зала в колонне по одномуНаправо- налево за направляющими в обход залаЧерез центр в колонне по дваНаша первая игра под названьем «Один – два» (4раза) Ты не стой, разинув рот – Поиграем в «Поворот»Игровое упражнение «Поворот»(4раза) Скучно одному играть,В паре веселееУпражненья будем делать,Станем мы сильнее.Друг под друга подлезаем –Мы в «воротики» играем.Игровое упражнение «Воротики» (1 мин) Раз, два, три –Лицом друг к другу сели мы.За руки держимся, прыгаем ловко,В игре «Попрыгунчики» нужна нам сноровка.Игровое упражнение «Попрыгунчикики» (2 раза) Вот бежит паровоз, две трубы и 100 колесВсех он хочет обогнать,Самым быстрым хочет стать.Игровое упражнение «Паровоз» (1мин) Любит русский человекПраздник силы всякой.На тачанке мы поедемБудем, будем всех сильнее.Игровое упражнение «Тачанка» (30 сек)Собирайся детвора –Это русская игра.Прыгаем друг через друга когда,Это, конечно, игра «Чехарда».Игровое упражнение «Чехарда» (30сек) Впереди у нас игра «Расписные ворота»Раз, два, три – беги,Пару свою не урони.Подвижная игра «Ворота»Внимание, внимание!Начинаем спортивные соревнования.Команда Шустрики – Команда Быстрики,За победу в соревновании команда будет получать звёздочки. Команда, набравшая больше звёздочек, будет победителем.Подготовка полосы препятствий Эстафета «Полоса препятствий» Эстафета «Змея»  Эстафета «Чья команда быстрей построится»Эстафета «Пушбол» Взрослые растягивают  сетку, нижний край должен задевать пол. начинается и заканчивается игра по сигналу, побеждает команда, на чьей половине после сигнала будет меньше шаров) – 1мин-2 разаОчень весело играли,Но еще не танцевали.Дружно вставайте все в хороводХороводная игра «Раз, два, три»Эстафет прошла пораСмех звучал и песняВ гостях у нас была играИ было интересно!Анализ образовательной деятельностиРебята что вы расскажете родителям о физической культуре? | Дети входят в зал, встают в шеренгуМы со спортом крепко дружим.«Физкульт – Ура!»Дети отвечают Дети мотивировали свои дальнейшие действияДети идут в обход зала в колонне друг за другомДети расходятся поочередно направо налево, обходят зал, встретившись, идут в колонне по два через центр и в обход залаПо команде дети перестраиваются в одну или две колонныДети идут парами, по команде поворачиваются друг к другу лицом, берутся за руки свободными руками, разворачиваются и двигаются в обратном направлении –первый раз шагом, затем во время бега) Движение выполняют в паре, один ребенок подлезает любым способом под широко расставленные ноги другого, встает впереди, широко расставив ноги.Дети садятся парами напротив друг друга, соединив ступни прямых ног, последняя пара, держась за руки, перепрыгивает через ноги всех сидящих и садится впереди, следующая за последней пара начинает движение сразу, как только через них перепрыгнули.)Ползание на низких четвереньках в парах, один ребенок держит другого за ступни хватом сбокуОдин ребенок идет на руках, другой удерживает его за голениДети выполняют прыжки ноги врозь друг через друга, с опорой на спину ребенка присевшего впереди в упор присевДети бегут парами, по сигналу «Ворота» все останавливаются и поднимают сцепленные руки, образуя ворота, последняя пара пробегает под ними и становится первой, бег  возобновляется до следующего сигналаДети встают по ориентирам в две команды.Дети оказывают посильную помощьДети проползают под дугой на животе, проходят по рейкам, лежащей горизонтально лестницы, прыгают из обруча в обруч (3шт), обратно бегом.Дети проползают между ног всей команды, до ориентираДети бегут всей командой в колонне по одному, оббегают ориентир, возвращаются на место, побеждает команда  построившаяся первой.Дети берут мячи, перебрасывают через сетку.После игры убирают мячи на место.Дети берутся за руки идут по кругу, в круг, из круга, выполняя движения по тексту песни.Дети построились в одну шеренгуОтветы детейПерестроение в одну колонну и выход из зала. | Сформирована мотивация образовательной деятельностиЗакрепили навык ходьбы друг за другомЗакрепили перестроение из одной колонны в две Закрепили перестроение из одной колонны в две и обратноСовершенствовали ходьбу и бег приставным шагом в правую и левую сторону. Сохраняя правильную осанкуЗакрепили пролезание разными способами (прямо, правым и левым боком)Закрепили прыжки через препятствие вперёд. Закреплены физические качества быстрота, ловкость. Закрепили навык ползание на четвереньках.Развили силу, выносливостьЗакрепили прыжки ноги врозь. Развили быстроту, ловкость.Совершенствовали бег парами. Развивали быстроту, ловкость,силу.Закрепили перестроение в две колонныЗакрепили ползание на животе, ходьбу в равновесии, прыжки.Закрепили ползание на четвереньках змейкой. Развили гибкость, ловкость.Закрепили бег в колонне по одному. Развили скоростно-силовые качества.Закрепили перебрасывание мяча любыми способами (снизу, из-за головы, от груди). Развили быстроту, ловкость, силу.Закрепили чувство ритма, умение менять движения в соответствии с музыкальными фразами.Сформирована мотивация к дальнейшим занятиям физической культурой. |