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.  10  11  12  13  14  15 | 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 праздник  И главный гость на нем игра!  Игрокросс мы начинаем,  Всем здоровья пожелаем.  Перестроение «Волна»  даются команды:  Через центр зала в колонне по одному  Направо- налево за направляющими в обход зала  Через центр в колонне по два  Наша первая игра под названьем   «Один – два» (4раза)  Ты не стой, разинув рот – Поиграем в «Поворот»  Игровое упражнение «Поворот»(4раза)  Скучно одному играть,  В паре веселее  Упражненья 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 колес  Всех он хочет обогнать,  Самым быстрым хочет стать.  Игровое упражнение «Паровоз» (1мин)   Любит русский человек  Праздник силы всякой.  На тачанке мы поедем  Будем, 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 раза  Очень весело играли,  Но еще не танцевали.  Дружно вставайте все в хоровод  Хороводная игра «Раз, два, три»  Эстафет прошла пора  Смех звучал и песня  В гостях у нас была игра  И было интересно!  Анализ образовательной деятельности  Ребята что вы расскажете родителям о физической культуре? | Дети входят в зал, встают в шеренгу  Мы со спортом крепко дружим.  «Физкульт – Ура!»  Дети отвечают  Дети мотивировали свои дальнейшие действия  Дети идут в обход зала в колонне друг за другом  Дети расходятся поочередно направо налево, обходят зал, встретившись, идут в колонне по два через центр и в обход зала  По команде дети перестраиваются в одну или две колонны  Дети 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 сбоку  Один ребенок идет на руках, другой удерживает его за голени  Дети выполняют прыжки ноги врозь друг через друга, с опорой на спину ребенка присевшего впереди в упор присев  Дети 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 сигнала  Дети встают по ориентирам в две команды.  Дети оказывают посильную помощь  Дети 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 ориентира  Дети 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 шеренгу  Ответы детей  Перестроение в одну колонну и выход из зала. | Сформирована мотивация образовательной деятельности  Закрепили навык ходьбы друг за другом  Закрепили перестроение из одной колонны в две  Закрепили перестроение из одной колонны в две и обратно  Совершенствовали ходьбу и бег приставным шагом в правую и левую сторону. Сохраняя правильную осанку  Закрепили 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, выносливость  Закрепили прыжки ноги врозь. Развили быстроту, ловкость.  Совершенствовали бег парами. Развивали быстроту, ловкость,силу.  Закрепили перестроение в две колонны  Закрепили 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. |