Государственное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение детский сад № 41 общеразвивающего вида Калининского района Санкт – Петербурга

**КОНСПЕКТ**

**непосредственной образовательной деятельности по физической культуре**

«Таинственный остров»

*(старший дошкольный возраст)*

**Технологии:** подвижные игры, эстафеты, коммуникативные игры, моделирование.

Инструктор по физической культуре

1 квалификационной категории

О. Н. Ефремова

Санкт-Петербург

2012 год

**Цель***:* Приобщение детей к здоровому образу жизни, расширение знаний о природе как факторе формирования основ ЗОЖ, развитие необходимых двигательных качеств.

**Задачи:**

1.Продолжать учить детей четко выполнять движения при выполнении общеразвивающих упражнений.

2.Закреплять навыки владения мячом: передача, бросок в горизонтальную цель.

3.Продолжать развивать у детей чувство равновесия и пространственные ощущения.

4.Развивать коммуникативные навыки, умение работать в команде.

5.Воспитывать познавательную активность детей.

6.Воспитывать выдержку, умение слушать воспитателя и других детей, радоваться положительному результату, достигнутому на занятии.

7.Интеграция с ОО здоровье, коммуникация, познание, социализация.

**Материалы и оборудование**: скамья гимнастическая, корзины для мячей, мячи средние, обручи малые по количеству детей, стойки, морские галстуки, аудиозаписи, карта, сундучок, емкости с водой, модели соленой и пресной воды.

**План:**

I Вводная часть (4 мин)

Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне, ходьба с перекатом с пятки на носок, бег врассыпную «Ветер и Чайки».

Коммуникативная игра «Тропинка»

II Основная часть (20 мин)

1.Комплекс ОРУ с обручами

2.Передача мяча друг другу с последующим броском в корзину (в двух колоннах); ходьба по гимнастической скамье на носках, руки за головой, с глубоким приседом, руки вперед на середине скамьи; подлезание под шнур высотой 50см боком, не касаясь пола руками.

3.Подвижная игра «Ловишки с лентами»; игра малой подвижности «Найди и промолчи».

III Заключительная часть (6 мин)

Беседа о пользе воды для здоровья человека; коммуникативная игра «Объятие».

**Ход:**

I Вводная часть.

(Детям повязывают галстуки)

В.: - Здравствуйте, ребята, сегодня вас ждет увлекательное путешествие к Таинственному острову. Т. к. остров находится в море, то и наше путешествие будет морское, а вы на время станете юнгами. Кто такой юнга? Это самый юный член экипажа.

Для начала нам нужно стать дружной командой, готовой выполнять все указания капитана. На вас уже надеты форменные галстуки, как у настоящих моряков, можем начинать. Напра-во, за направляющим в обход по залу шагом марш. Выполняем перекат с пятки на носок. Легко бежим. По команде «Чайки» врассыпную по залу, по команде «Ветер» - снова в круг. Переходим на шаг, нужно восстановить дыхание, остановиться лицом в круг.

Команда на судне должна быть слаженной, чтобы нам лучше почувствовать поддержку каждого, предлагаю поиграть в игру «Тропинка». На слово «Тропинка!» все ребята кладут руки на плечи впереди стоящего и идут, сохраняя ровный круг. Услышав «Гора!», поднимите руки вверх и соедините их вместе над кругом, А на слово «Кочка!» надо присесть и положить руки на головы ваших соседей. Повторим движения. Итак, «Тропинка!» (Две смены команд вразнобой.)

В.: Вам понравилась игра? Смогли вы почувствовать, что рядом оказались настоящие товарищи? Тогда продолжим подготовку: За направляющим в колонну по – одному, становись. За направляющим в обход по залу шагом марш! Внимание, через центр по двое шагом марш! Стой, раз, два! На вытянутые руки разомкнись, кругом. Направляющие, раздать обручи. (Обручи лежат двумя стопками перед звеньями).

Став одной командой, мы продолжим наше путешествие на корабле. Путь наш лежит к Таинственному острову. С помощью этой карты мы разгадаем тайну острова и найдем клад! (Карту прикрепляем на ковролин). Как настоящие юнги, мы должны научиться управлять кораблем. Как вы думаете, что в ваших руках? Представим, что это наши штурвалы. Знаете ли вы, что такое штурвал? (это рулевое колесо на судне)

II Основная часть.

Комплекс ОРУ с обручами.

1. «Обруч за плечи». И.п.: ноги слегка расставить, обруч опущен. 1 — 2 — Обруч вверх, за плечи, голова прямо; 3 — 4 — и.п. (8 раз)

2. И.п.: стоя на четвереньках с опорой на колени, руки в обруче, смотреть вперед. 1 — правую руку в сторону, смотреть на руку; 2 — и.п. То же влево. (3-4 раза)

3. И.п.: о.с. обруч в правой руке. 1 — 2 — присесть, поставить обруч на пол, придерживая, пролезть в него; 3 — 4 — и.п. То же, но держать обруч в левой руке. (5 раз)

4. «Покажи носок» И.п.: о.с. руки на пояс, обруч на полу на расстоянии полушага. 1 — правую ногу вверх, носок тянуть; 2 — в обруч на носок; 3 — вверх; 4 — и.п. То же левой ногой. (6 раз)

5. И.п.: стоя на коленях, обруч вверх. 1 — 2 — сесть на пол справа, обруч к плечам; 3 — 4 — и.п. То же влево. (5 раз)

6. И.п.: о.с. Обруч на полу перед ногами. Стать на обод, прижимая к полу пятки и пальцы ног, пройти боком в одну сторону (круг) — и.п. То же в другую сторону. (4-6 раз)

7. «Впрыгни-выпрыгни». И.п.: о.с. Обруч на полу сбоку. Впрыгивать в обруч и выпрыгивать, продвигаясь по кругу (два круга), два круга обойти в противоположную сторону. То же, но повернуться другим боком. Темп произвольный. (4 раза)

8. Упражнение на дыхание «Здравствуй, солнышко!» И.п.: ноги на ширине плеч, руки за спину. Медленно поднять руки вверх, скользя по туловищу, руки в сторону, голову поднять вверх (вдох), медленно вернуться в и.п.

В.: Молодцы, закончили разминку. Юнги, собрать штурвалы! Мы с вами оказались на острове. В наших руках карта, на которой указан маршрут. Проделав весь путь, мы отыщем сокровища и сможем разгадать загадки таинственного острова..

Предлагаю для начала пополнить запасы. *Устанавливаю корзины.* (Шеренги стоят лицом друг к другу, построение на расстоянии шага.) Чтобы дело двигалось быстрей, работать будем двумя звеньями: замыкающий берет в корзине кокос (мяч малый), быстро перекидывает рядом стоящему, тот своему соседу и так далее, когда кокос окажется в руках у направляющего, он прицеливается и бросает мяч в корзину, а затем бежит в конец строя, чтобы взять следующий кокос. Всем ясно задание? (Демонстрация действий одним ребенком, по ходу уточняем технику броска.) Приготовились, начали. *Повторить 2 раза.*

В.: Запасы пополнены, отправляемся в путь! *Устанавливаю стойки, скамью.* Карта говорит, что путь лежит через реку по узкому мостику. Пройти по нему надо не теряя равновесия на носках, руки на поясе, на середине присесть, руки вперед, встать, продолжать идти на носках. Затем преграда — низко растущие лианы, подлезть под ними, не касаясь руками земли, боком. *Повторить 2 раза.*

Молодцы, ребята, и с этой задачей справились на отлично! Судя по карте, мы оказались на открытом месте (оборудование убрано), здесь можно остановиться и отдохнуть. А как наша команда любит отдыхать? Активно, так, чтобы было весело! Сыграем в игру «Ловишки с лентами». Кто знает, как в нее играть?

*Объясняем правила игры. Дети помогают раздать ленты.*

Водящего определим считалочкой:

За морями, за горами,

За железными столбами

На пригорке теремок,

На дверях висит замок.

Ты за ключиком иди

И замочек отомкни!

*Игра повторяется 2-3 раза.*

Ребята, мы заигрались и забыли посмотреть на карту. Оказывается, мы дошли до места, где спрятана первая часть клада. На карте крестиком обозначено место, тайник где-то здесь. Поищем его прямо сейчас, но только так, чтобы все могли поучаствовать. Ищем только глазками, кто найдет, никому не говорит, не кричит, не показывает, а тихо мне на ушко шепнет, где он лежит. Начинайте искать. *Сундучок с кладом заранее спрятан в зале.*

*Пока дети ищут, раскладываю несколько матов.*

III Заключительная часть.

В.: Вот наш клад! Присядьте на маты, кто где хочет, надо открыть сундучок. Вот то, что мы искали. Что это? (Дети рассматривают модели на емкостях с водой.) Это вода — пресная и морская.

Скажите, в чем отличие? (Морская вода на вкус соленая, а пресная не имеет вкуса.) Подумайте, почему в тайнике оказалась вода, разве это такая ценность? (Подвести ответы детей к тому, что без воды нет жизни.) Поговорим о том, в чем польза пресной воды для человека. Она пригодна для питья, приготовления пищи; в ней мы моемся, стираем одежду. Тело человека состоит на 80% из воды, поэтому очень в ней нуждается. Когда мы долго не пьем, нас мучает жажда. А еще с помощью воды можно закаляться - обтираться, обливаться, плавать в бассейне. Получается, что без пресной воды быть здоровым невозможно.

А какая польза человеку от морской воды, соленой? Из нее добывают соль, которая после специальной обработки попадает к нам на стол. Несоленая пища нам не нравится. В морской воде растворены различные минералы, в ней содержится йод. Когда мы купаемся в морской воде, наше тело подпитывается ими, становится крепче, сильнее. Люди ездят на море, чтобы укрепить здоровье, ведь когда мы вдыхаем морской воздух, он лечит нас изнутри. А также морскую воду используют в медицине. Специальным раствором при насморке промывают нос.

Посмотрите на глобус, наша земля покрыта огромным количеством воды — это океаны и моря, реки и озера, за это Землю называют голубой планетой. Если покрутить глобус быстро, вы увидите, что один цвет преобладает, какой? Да, это голубой, т. к. вся вода на карте изображается голубым цветом. Чтобы сохранить это богатство, воду надо беречь, особенно пресную. Ее по сравнению с морской водой очень и очень мало! Если представить, что вся морская вода планеты помещается в бочку, то вся пресная вода поместится в маленькую чашечку. Всегда об этом помните и бережно относитесь к воде.

Как вы догадались, наши приключения на сегодня закончились. Предлагаю поблагодарить друг друга за то, что были одной командой и поддерживали своих товарищей. Максим, Денис, обнимите друг друга, а вас двоих обнимет Даша, подходите по-одному и обнимайте ребят. Вот это настоящий морской узел! Можно разойтись.

Друзья, впереди нас ждет новая встреча и новые приключения, а сейчас - до свидания.