**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №2» с. Помоздино**

**Конспект НОД по физическому развитию**

**«Цветок здоровья»**

**(использование нестандартного оборудования)**

**Составитель:**

**Третьякова Мария Александровна,**

**воспитатель.**

**с. Помоздино, 2014.**

**Цель:** укрепление здоровье детей посредствам упражнений и основных движений с использованием нестандартного физкультурного оборудования.

**Задачи:** воспитывать интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, здоровому образу жизни.

 Закрепить умения и навыки, приобретенные на физкультурных занятиях (координацию движений, прыжки, пролезание левым и правым боком).

Создать радостное настроение. Учить общаться со сверстниками.

**Оборудование:** нестандартное физкультурное оборудование: «разноцветные пенечки», «лесенка-чудесенка» из контейнеров «Киндер-сюрприза», барьеры для прыжков, гантели на каждого ребенка, «волшебные цветы» с чесночным запахом по количеству детей.

**Интеграция образовательных областей**: «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Физическая культура», «Художественная литература».

**Ход:**

*Звучит аудиозапись песни «Волшебный цветок» (муз. Ю.Чичкова, сл. М. Пляцковского). Дети заходят в зал, садятся на ковер.*

**Воспитатель:** Говорят, есть на свете волшебный цветок – цветок здоровья. Кто его найдет и понюхает, будет самым сильным, самым ловким, а главное – самым здоровым человеком. Растет этот цветок в стране Неболейка. Добраться до нее нелегко. Как бы я хотела хоть раз понюхать этот волшебный цветок, чтобы всегда быть здоровой. А вы хотите?

Дети: Да!

**Воспитатель**: Так может быть, совершим это путешествие?

Дети: Да!

**Воспитатель**: Тогда не будем терять времени – в путь!

Звучит аудиозапись песни «Вместе весело шагать» (муз. В. Шаинского, сл. М. Матусовского). Воспитатель показывает карточки с условным обозначением тех или иных движений. Дети идут по залу, выполнения эти движения.

Ходьба на носках.

Ходьба на пятках, держа руки за головой.

Ходьба в полуприсяде.

Ходьба змейкой.

Бег.

Ходьба с выполнением дыхательных упражнений.

 Дети останавливаются рядом с таблицей, на которой написано: *«Налево пойдешь – в сонное царство попадешь. Прямо пойдешь – здоровье найдешь. Направо пойдешь – гору сладостей найдешь».*

**Воспитатель**: Какую дорогу вы выбираете? *(если дети предложат выбрать пойти направо, необходимо объяснить, что от сладкого могут заболеть зубы и т.д. Замотивировать детей на выбор здорового образа жизни).*Тогда вперед!

Дети проходя мимо стеллажа, берут с полки берут гантели, перестраиваются в две колонны. Затем выполняют общеразвивающие упражнения.

И.п.: о.с., в опущенных руках гантели, 1-4 – руки в стороны, вверх, стороны в и.п. (6-8 раз.)

И.п.: Сидя на коленях, в руках гантели. 1-2 – встать на колени, соединить руки перед грудью; 3-4 – вернуться в и.п. (6-8 раз).

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки с гантелями вверху. 1- наклониться вперед, положить гантели на пол; 2- выпрямиться, руки поднять вверх; 3- наклониться вперед, взять гантели; 4- вернуться в и.п. (6-8 раз).

И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки с гантелями опущены. 1-2 – наклониться вправо, вернуться в и.п.; 3-4 – то же в другую сторону (6-8 раз).

И.п.: стоя пятки вместе, носки врозь, руки с гантелями опущены. 1-2 – присесть, руки вперед, вернуться в и.п. (10-12 раз).

И.п.: о.с., в опущенных руках гантели.

Прыжки: 1- ноги в стороны, руки с гантелями в стороны; 2 – вернуться в и.п.

*Ходьба на месте, по сигналу «Кругом!» - поворот на 180°.*

*Дети перестраиваются в одну колонну, проходят по залу, кладут гантели на стеллажи.*

**Воспитатель**: Гантели помогли нам стать сильнее. Оставим их для других детей. А нам пора идти дальше.

*Дети преодолевают полосу препятствий: пролезают правым и левым боком в окошки лесенки-чудесенки, перепрыгивают через барьеры разной высоты, проходят по массажным дорожкам, перешагивают через разноцветные пеньки.*

**Воспитатель:** Молодцы, преодолели все препятствия. Мне кажется, волшебный цветок здоровья уже совсем близко. Входит микроб (взрослый или ребенок подготовительной группы в маске).

**Микроб:** К цветку здоровья подбираетесь? Ничего у вас не выйдет! Я, злой Микроб, вас не пущу! (пытается догнать убегающих детей. Постепенно замедляет бег, останавливаются). Я теряю силы. Что случилось? Не понимаю! Караул! Запах здоровья! Спасайся, кто может! (Убегает).

**Воспитатель**: Дети, посмотрите, вот что так напугало Микроба. Это цветок здоровья распустился. Да не один! Здесь целая поляна этих замечательных цветов. (Показывает цветы, сделанные из яркой пенки и контейнеров из-под киндер – сюрпризов, в которые вожены кусочки чеснока). Понюхайте их! (дети берут цветы, нюхают их). Чем пахнут цветы здоровья? (Чесноком).

Ешьте, милые, чеснок,
Заготавливайте впрок,
Чтоб всегда он в доме был
И здоровье нам дарил.
Чтоб лечил нас и бодрил,
Придавая больше сил.
И от хворей всех берег
Наш надежный друг чеснок.

Запах чеснока отпугивает микробов. Поставьте эти чудесные цветы в группе, и ни один микроб близко к вам не подойдет.

*Дети оставляют цветы в групповом помещении.*

Источник: Ахмедова, А.В., Руссу, Н.В. Нестандартное физкультурное оборудование.// Ребенок в детском саду. - №5. – 2009.- с.41-45.