Муниципальное казенное дошкольное

образовательное учреждение

«Детский сад № 229»

Конспект

непосредственно образовательной деятельности

 по физической культуре с элементами здоровьесберегающих технологий

с детьми старшего дошкольного возраста

 Инструктор по физической культуре

 Лоскова Ирина Владимировна

**Цель.** Формировать знания о здоровье и умения оберегать, поддерживать, сохранять его и эффективно решать задачи, связанные с оказанием элементарной самопомощи.

**Задачи**.

* Показывать важность физкультуры и её значение в жизненных ситуациях (дать элементарные знания об организме).
* Развивать физические качества (ловкость, равновесие, глазомер) и способности (координацию и зрительно-двигательных функций).
* Формировать физические возможности детей (основных функций стопы, поддерживание правильной осанки).
* Воспитывать осознанное отношение ребенка к состоянию своего здоровья.
* Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и музыки (умения выражать эмоциональное состояние посредством движений).

**Оборудование.** Музыкальное сопровождение (записи классической музыки, аэробика, марш и бег), ребристая дорожка, канат, обручи для прыжков, гимнастические палки по количеству детей, атрибуты к игре (цветные ленты). Использование художественного слова к действиям.

Ход деятельности

 Организационный момент.

Вход детей, построение в шеренгу по разметке.

 **Педагог** спрашивает у детей: «Что можно сказать по походке и поведению человека о его здоровье?»

**Дети отвечают**: «Человек идет с согнутой спиной. Человек не улыбается и грустит. Человек идет медленно и тяжело – значит, он нездоров» и т.п.

**Педагог**: «Молодцы, что это вы отметили. А это можно изменить?».

**Дети отвечают**: «Да, надо заниматься физкультурой, делать зарядку и т.п.»

**Педагог**: «Правильно. Когда выполняешь упражнения, то твой организм наполняется радостью, поднимается настроение и хочется улыбаться. А это очень полезно для здоровья!»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Деятельность детей | Деятельность педагога | Элементы технологий здоровьесбережения |
| Вводная часть.Ходьба и бег по разметке. Ходьба на носках, на пятках, по-медвежьи как пингвины. Бег со сменой направления по сигналу. Построение в круг (по ориентиру) для выполнения ОРУ. Основная часть.ОРУ с гимнастическими палками.Перестроение в круг и сидя в позе «по-турецки» проводится зрительная гимнастикаОВД:Равновесие – ходьба по канату боком и прямо.Прыжки – из обруча в обруч.Подвижная игра «Ловишки с лентами»Релаксация: Игра «Подбери движение» под музыкальное произведение Чайковского «Времена года» Заключительная часть.Ходьба по разметке с выполнением двигательного задания (руки вперед, вверх, в стороны, вниз). | Педагог показывает правильное выполнение упражнений и корректирует выполнение упражнений детьми Воспитатель выполняет вместе с детьмиПедагог показывает выполнение упражнений с инструкциями о выполненииПедагог вместе с детьми выполняет упражненияПедагог подстраховывает и корректирует выполнение движений Воспитатель прослеживает выполнение правилПедагог помогает подобрать движение Педагог называет вид упражнения (двигательного задания) | Пропедевтические упражнения для формирования функций стопы и правильной осанкиАктивизация координационных и зрительно-двигательных способностейУпражнения для формирования правильной осанки и свода стопыУпражнения для снятия зрительного напряженияУпражнения на развитие координации, равновесия и глазомера, основных функций стопыРазвитие ловкости и зрительно-двигательной сферыРазвивается умение выражать эмоциональное состояние посредством движенийРазвивается речедвигательная ориентировка на слух (слуховая и речевая ориентации) |