Конспект составила и провела

Инструктор по физо:

Воеводская.В.И.

МБДОУ№34.

Профилактика плоскостопия у детей 4 -5 лет. НОД по физкультуре «На необитаемом острове»

Конспект занятия по физкультуре «На необитаемом острове».

Цели: - закрепить игровые упражнения для укрепления стопы в игровой форме;

- продолжать развивать крупную и мелкую мускулатуру ног;

- учить входить в воображаемую ситуацию, работать в команде.

Оборудование: массажные мячи «ёжики», кубики разных цветов, игрушки от киндер – сюрпризов, карандаши, крышки от пластиковых бутылок, 2 корзины, конусы, кегли, мячи средних размеров, платочки, 2 таза,

1 часть:

Ход занятия.Инструктор: - Ребята, вы любите попутешествовать? (Да)

- А вы бывали ли когда-нибудь на необитаемом острове? (Ответы детей)

- Как туда можно попасть? (ответы детей)

- А вам хотелось побывать там? (Ответы детей)

Чтобы нам сегодня попасть на необитаемый остров нужно подготовить свои ножки к трудному путешествию: сделать массаж стопы (массажные мячи «ежики», пройтись по дорожке «Здоровья» (массажная дорожка). Трек 1 (Музыка Barcod – Dooh)

Ходьба в колене друг за другом, на носках,(«великаны»), в колонне, («кабанчики»)на пятках, («лошадки») с высоким подниманием колен, в колонне.

Бег в колонне друг за другом, по узкой дорожке (1,5 мин), ходьба, упражнения на дыхание: « Радуга, обними меня». (3-4р)

2 часть:

Ребята, мы с вами попали на необитаемый остров. (Песня из к/ф «Красная Шапочка Необитаемый остров”)

Инструктор по физо:: - Что, мы должны сделать на необитаемом острове? (Сделать себе хижину).

1. Инструктор: - Пришла пора построить себе хижину.

«Строители». Каждому ребенку выдаются по 4 кубика одного цвета. Кто быстрее всех построит хижину («башни» кубик на кубик) ногами, зажимая кубики стопами – побеждает. (Весёлая музыка)

2. Инструктор: - Пока мы строили себе дом, на нашем месте скопилось много отходов строительного материала. Надо убрать их в одно место.

«Уборка». На ковёр рассыпаются игрушки от киндер – сюрпризов, карандаши, пробки от пластиковых бутылок. Чья команда больше всех соберёт «мусора» в свою корзину, зажимая их пальцами ног – побеждает. (Песня «Чунга - чанга»)

3. Инструктор: - Ребята, пора подкрепиться. Все идём на охоту добывать кокосы с пальм.

«Меткие ноги». В одну линию выставляются кегли. На другую линию, напротив кеглей, выстраиваются участники, одной команды. Все ставят правую ногу (стопой) на мяч среднего размера. По сигналу ведущего участники отталкивают мяч ногой и катят его на кегли, чтобы их сбить. Затем левой ногой. Чья команда больше всех (по количеству) собьёт кегли, та и побеждает. (Музыка моря)

4. Инструктор: - Ребята, пока мы носили строительный материал, строили дом, собирали кокосы, наша одежда стала грязной. Вам необходимо её выстирать.

«Стирка». Перенести по одному платочку, зажав пальцами каждой ноги, пройтись до тазика на пятках и сбросить в него эти платочки. Кто вперёд перенесёт платочки. (Песня «Большая стирка»)

3 часть:

Инструктор по физо: - Ребята, как же выбраться с необитаемого острова? (Ответы детей) У нас есть шанс попасть домой к маме, к папе. Нам нужно произнести волшебные слова «Крибли, крабле, бумс» ( Пальчиковая гимнастика: « Пальчики здоровываются».) Мы попадем в детский сад.

Ритмика: « У жирафа»- построение детей врассыпную.

Подведение итогов.

(Каждому участнику даётся одна витаминка «РЕВИТ» - «жизнь»).