Конспект

 совместной деятельности сюжетного характера

на свежем воздухе с детьми подготовительной к школе группы

*«До свидания лето! Здравствуй осень!»*

**(здоровье сберегающие, игровые технологии)**

Цель: Через подвижные игры, сюжетные упражнения разного уровня  нагрузки, обеспечить оздоровление детей на свежем воздухе.

Задачи: 1. Оздоровительная:

* закаливание организма;
* развитие дыхательной системы детей.

 2. Развивающие:

* развитие координационных способностей;
* развитие выносливости;
* формирование навыков бега в положении руки в стороны;
* совершенствование навыков владения мячом;
* активизация познавательных интересов - отгадывание загадок про морских обитателей;
* развитие воображения, творческого мышления.

 3. Воспитательные:

* содействие формированию положительных эмоций у детей от упражнений на свежем воздухе, потребности в систематических занятиях физической культурой;
* воспитание любви к природе.

Предварительная работа:

* беседа на тему: Как я провел лето?;
* рисование, разукрашивание, лепка морских обитателей, овощей и фруктов, осеннего леса, грибов;
* дидактическая игра: «Что растет на грядке?»;
* подвижные игры: «У медведя во бору…», «Караси и щука»;

Материалы и ресурсы: фуражка пилота, разноцветные кольца (автомобильный руль), наборы игрушечных овощей и фруктов, набор грибов, мячи (по количеству детей), обручи (по количеству детей).

Место проведения: спортивная площадка ГБДОУ детского сада № 99 Калининского района Санкт-Петербурга.

Мероприятие проводит: Сероштанова Светлана Александровна, инструктор по физической культуре ГБДОУ № 99

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ход занятия | Дозировка | Организационно-методические указания |
| 1. | На спортивной площадке произвольно разложены обручи. Дети выходят на спортивную площадку строятся в одну шеренгу.*Инструктор:* Здравствуйте ребята! Закончилось веселое летнее время, но мы не будем грустить. Ведь впереди нас с вами ждет золотая осень с осенними забавами и подарками. Сегодня мы совершим увлекательное путешествие на морской берег, вспомним, как купались и играли, а потом вернемся в осень, съездим на дачу, где соберем урожай и прогуляемся в осенний лес за грибами. Итак, я одеваю фуражку пилота (одевает фуражку), и мы дружно зашагаем на взлетную полосу. «Направо! За мной шагом марш!»«Внимание! Набираем скорость!»«Взлетаем!»«Внимание! Приготовиться к посадке!»Инструктор снимает фуражку.«Мы на морском берегу, займите места в обручах, и мы вспомним морские забавы»Комплекс ОРУ: «Что мы делали на море?»Инструктор: «Что мы делали на море?»Дети: «Плавали!»- И.п. стойка ноги врозь правая рука вверх левая внизВращение руками вперед «Одной, другой – это кроль»- Тоже назад- И.п. стойка ноги врозь, руки вперед1 – руки в стороны2 – соединяем ладони перед грудью3, 4 – выпрямляем руки вперед«Вместе раз – это брасс!»Инструктор: «А когда мы купались кого могли увидеть в море?»Дети: «Морских обитателей!»Инструктор: «Я загадаю вам загадки про морских обитателей, а вы отгадаете, и покажите кто в них загадан.»Инструктор:- С неба я упала на морское дно и хищницей стала давным уж давно Дети: «Морская звезда!»Инструктор: « Покажем звездочку». И.п. стойка ноги врозь, руки на пояс1.берем глубокий вдох задерживаем дыхание2. поднимаем руки вверх, в стороны, изображая звезду 3. Выдох4. И.п. Инструктор: «Молодцы! Следующая загадка»Плавает прозрачный зонтикОбожгу! – грозит.- Не троньте!Лапки у нее и пузоКак зовут ее?Дети: «Медуза!» Инструктор : «Упражнение медуза»И.п. стойка ноги врозь, руки на пояс1.берем глубокий вдох задерживаем дыхание2. наклоняемся вперед, расслабленные руки вниз (изображаем медузу)3. Выдох4. И.п.Инструктор: Еще одна загадка- Ты со мною не знаком?Я живу на дне морскомГолова и восемь ногЭто чудо?Дети: Осьминог!Инструктор : Упражнение осьминогИ.п. стойка ноги врозь, руки на пояс1.берем глубокий вдох, задерживаем дыхание2. наклоняемся вперед, расслабленные руки вниз, шевелим руками как щупальцами (изображаем осьминога)3. Выдох4. И.п.Инструктор: Что еще мы делали на море?Дети: «Играли в мяч!»Инструктор раздает детям мячи- И.п. стойка ноги врозь, мяч перед грудью1. наклон вперед, руки с мячом вперед2. И.п.3. – 14. – 2- И.п. стойка ноги врозь, мяч перед грудью1. Подбросить мяч вверх, 2. поймать его- И. п. стойка ноги врозь, мяч перед грудью1. Наклониться вперед, руки вниз, достать мячом до ног,2. И.п.3. - 14. – 2Инструктор собирает мячи.Инструктор: Отлично побывали на море, а теперь в одну шеренгу становись, направо, я одеваю фуражку пилота, крылья в стороны, возвращаемся домой!Инструктор, снимает фуражку пилота: «Вот мы и дома. Давайте на автомобилях отправимся на дачу»Раздает детям разноцветные кольца (автомобильные рули).Инструктор: «Направо! Автомобили, в обход налево легко бегом марш!»Инструктор: «Шагом марш! На месте стой! Налево! Вот мы и на даче, а что нас ждет осенью на даче?»Дети: «Сбор урожая!»Инструктор; «Конечно, давайте поиграем в эстафету сбор урожая».Дети делятся на две команды, выстраиваются в колонны по одному возле стартовых линий. Одна команда – «фрукты», другая команда – «овощи».Инструктор: «Что готовят из фруктов?» Дети: «Варенье и компоты».Инструктор: «А из овощей»?Дети: «Суп, салат».В корзине на другой стороне площадке смешаны игрушечные фрукты и овощи. Ребята из команды «фрукты», по команде инструктора, по одному подбегают к корзине с игрушками, выбирают один фрукт, прибегают к стартовой линии говорят, как называется этот фрукт, и складывают его в емкость для приготовления компота. После чего стартует следующий участник команды.Участники из команды «овощи» выполняют то же самое, только с овощами и готовят салат.Инструктор: «Молодцы, прекрасно разбираетесь в растениях!» « И как же на даче не прогуляться в осенний лес по грибы. Следующая эстафета «Сбор грибов»:Дети стоят в колонны по одному у стартовой линии.На противоположной стороне площадки, в траве разложены грибы. По команде инструктора первый участник команды добегает до газона берет один гриб и возвращается на стартовую линию, складывает гриб в емкость, передает эстафету следующему участникуИнструктор: «Вы прекрасно умеете собирать грибы!»«А теперь возьмемся за руки и встанем в круг и поиграем в игру дождь в лесу».Инструктор говорит и показывает, дети выполняют по показу.Инструктор: «В лесу ветерок колышет деревья (поднимают руки вверх, качают ими из стороны в сторону). Набежали тучки, и пошел несильный дождик (изображают пальцами падающие капельки). Капельки падают на голову, на лоб, на щеки, руки, живот, ноги. Потом дождь заканчивается, и снова ветерок колышет ветви деревьев (качают руками)». Инструктор: наши прогулки подходят к концу, но прежде чем мы вернемся в наш детский сад, скажите мне:- Из чего варят компот?- Из чего делают салат?- Что растет в лесу?«Молодцы! Здорово занимались!»А теперь садимся на автомобили и едем в сад. Дети, изображая водителей уходят с площадки. | 30 сек.1 мин.1 круг1 круг2 круга1 круг20 сек.10 раз10 раз6 раз1 раз1 раз1 раз4 раза10 раз4 раза1 круг1 круг30 сек.3 мин.3 мин.2 мин. |  Дети двигаются в колонну по одному в обход спортивной площадки.Дети начинают двигаться быстрым шагомДети выпрямляют руки в стороны и бегут, изображая самолет.Дети двигаются быстрым шагом с пятки на носок, затем переходят на обычный шаг.Дети располагаются на площадке в обручах.Руки в локтях не сгибатьСтараться не ронять мячНоги в коленях не сгибатьДети бегут за инструкторомДети бегут друг за другом , изображая управление автомобилем |