Сюжетно-физкультурное занятие для детей
«В гости к солнышку»

**Тема:** «В гости к Солнышку».

**Цель:** Развитие у детей устойчивой мотивации к двигательной активности. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

**Оздоровительные**

**-**содействовать развитию адаптационных возможностей;

**-** проводить закаливание организма;

**-** совершенствовать опорно-двигательный аппарат и формировать правильную осанку.

**Образовательные**

- формировать двигательные навыки и умения как отдельных движений, так и в сочетании;

- развивать умение переходить от выполнения одних движений к выполнению других;

- содействовать развитию пространственных ориентировок;

- развивать умение выслушивать и понимать задание;

- закреплять знание цвета (красный, желтый, зеленый);

- развивать внимание, мышление;

- создавать условия для развития ловкости, гибкости, общей и мелкой моторики.

**Воспитательные**

- вызывать и поддерживать интерес к двигательной активности;

- воспитывать доброжелательные отношения к сверстникам в совместной двигательной деятельности;

- формировать элементарные умения самоорганизации движения детей;

- формировать основы культуры поведения и умения употреблять слова благодарности.

**Место НОД в изучении темы:**обобщающе-закрепляющее с элементами нового материала.

**Тип НОД:** интегрированная.

**Интеграция образовательных областей:** «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое», «Социально-коммуникативное», «Речевое развитие».

**Материалы и оборудование:**шишки по одной штуке на каждого ребенка, ребристая доска, дорожка со следами, две «косички», дуга, банкетка, мат, шарики 3-х цветов (красные, желтые, зеленые), корзинки соответствующих цветов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы НОД | Деятельность воспитателя | Деятельность воспитанников |
| **Вводная часть (2 мин 40 сек)** |
| Организационныймомент | Воспитатель:- Зима наступила! В лес с вами пойдем и белочку красавицу найдем. Станем с нею мы играть, свежим воздухом дышать. |  Дети слушают воспитателя. Строятся в колонну. |
| Разминка(с музыкальным сопровождением) | Воспитатель ведет детей по кругу проговаривая слова:- По тропинке по лесной,Все шагайте вы за мной.Дружно весело шагайте,Голову не опускайте.(Проверка осанки.) | Обычная ходьба в колонне(1 круг).  |
| - На носочки мы встаем,Тихо, медленно идем.- Ой, сугробы на пути.Как же, детки, нам пройти?Выше ноги поднимайте,По сугробам все шагайте.- Вот тропинка впереди, | Ходьба на носках, руки на поясе (1 круг). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе (1 круг).  |
| Обычным шагом здесь иди.- Наши детки не устали,В чащу леса побежали. | Обычная ходьба(проверка осанки) (1 круг). |
| Бежать придется далеко,Добираться нам очень нелегко.- А теперь идем по кругу, | Легкий бег.(2 круга).  |
|   | Улыбаемся друг другу.- Сейчас «стоп» сказала я,Руки в стороны, друзья.В круг, ребята, повернитесьИ немножко разойдитесь. |   Перестроение в круг.Размыкание по кругу. |
| Встреча с белочкой | Воспитатель:- Мы пришли в зимний лес.Сколько здесь вокруг чудес!Вот и белочка сидит.Выходит ребенок старшей группы в костюме белочки с корзинкой, в которой лежат еловые шишки, и говорит: |    Дети обращают внимание на белочку.. |
| - Возьмите шишки.Я готовила запас,Не забыла и про вас.Поиграйте здесь немножко,Потом бросайте мне в лукошко.Белочка раздает по одной шишке детям. |     Берут шишки в руки. |
| **Основная часть (8 мин 40 сек)** |
| Массаж пальцев иладоней рук для профилактики заболеваемости и нормализации работы внутренних органов. | Воспитатель:- Ребята, возьмите шишки, потрогайте их пальчиками. Какие они?Чтобы мы с вами всегда хорошо себя чувствовали, не болели, помассажируем наши ладошки, а колючая шишечка нам в этом поможет. Покатаем ее вот так. | Дети трогают шишку пальчиками, воздействуя чешуйками шишки на биологически активные точки, отвечают на вопрос «колючие».Дети прокатывают шишку между ладонями.Движения выполняются вместе с белочкой. |
| **Общеразвивающие упражнения с****шишками**.(с музыкальным сопровождением) | 1. «Шишки вверх»- Шишки вверх мы поднимаемИ тихонько опускаем.И.п.: ноги слегка расставлены, руки с шишками опущены вниз. | Вып:- поднимают руки вверх;- возвращаются в исходное положение (3-4 раза).  |
| 2. «Шишки за спину»- Спрячем шишки мы,Скажем белочке: «Ищи!»И.п.: ноги слегка расставлены, руки с шишкой вытянуты вперед. | Вып.:- прячут шишки за спину;- возвращаются в исходное положение (3-4 раза).Вып.: - наклоняются вправо;- наклоняются влево.(Следить за осанкой.) (4 раза.) |
|    3. «Наклонись, не ленись»- Стали вправо, влево наклоняться,Стали дружно выпрямляться.И.п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны, спина прямая. | Вып.:- со словами «Ежик испугался» сгибают ноги в коленях, обхватывают их руками;- со словами «Ежик не боится» возвращаются в исходное положение.(4 раза).Вып.:- прыгают на месте на двух ногах (5 раз).Вып.: - вдох носом;- выдох ртом(4 раза). |
| 4 «Ежики»- Сели детки на дорожке.Превратились в ежиков.Когда ежик не боится у него видно и носик, и глазки, и лапки.И.п.: сидя на полу, руки в стороны, спина прямая. |   |
| 5 «Прыжки»- Вверх, вниз целый деньПрыгать нам совсем не лень.И.п.: ноги вместе, руки с шишкой прижаты к груди.6 «Упражнение на дыхание»- Стали все мы отдыхать,Стали правильно дышать. |   |
| **ОВД (основные виды движений)**С музыкальным сопровождениемМузыкальноесопровождение | Воспитатель:- Мы шишки в лукошко уберем | Дети складывают шишки в корзину и говорят белочке «спасибо». |
| И солнышко позовем,А белочке скажем: «Спасибо!»  | Дети выстраиваются в колонну за белочкой.  |
|  | Воспитатель вместе с детьми зовет солнышко:- Солнышко, ведрышко.Выгляни в окошко.Согрей, обогрейТелят, ягнят,Еще маленьких ребят.Воспитатель:- Не слышит солнышко. Далеко оно живет: за лесом, за оврагом, за горой. Пойдемте к нему в гости, а белочка нам дорогу покажет.Воспитатель:- Пойдем по тропочке лесной.- Пойдем по солнечным следам.- Прыгаем через овраг.- Подлезаем под еловые веточки.- За горой нашли солнышко.Воспитатель открывает солнышко, спрятанное за тучку. | Дети идут:- по ребристой доске,- по дорожке со следами,- прыгают через две линии, расстояние между которыми 25 см,- подлезают под дугу,- прыжок с банкетки на мат.  |
| Воспитатель:- Ребята, покажем солнышку какие мы быстрые, дружные. У меня есть разноцветные шарики. Я их рассыплю, а вы соберете шарики в корзиночки такого же цвета как и шарики.Подвижная игра «Разноцветные шарики». | Дети собирают и раскладывают шарики в корзинки соответствующего цвета. |
| **Заключительная часть (3 мин 30 сек)** |
| **Рефлексия**Музыкальноесопровождение | - Ребята, вы такие молодцы! Солнышко видит, что вы сильные, смелые, веселые, дружные. Оно угощает вас волшебным напитком. Это сок. В соке много витаминов, которые необходимы для вашего здоровья. Скажем солнышку: «Спасибо, солнышко!»- Ребята, скажите, пожалуйста, где мы с вами были?- Кого мы с вами видели в лесу?- А к кому в гости ходили?- А чем вы занимались в лесу, чтоделали?- Понравилось вам заниматься физкультурой и играть? |   Дети пьют сок, благодарят.Ответы детей.(В лесу.)Ответы детей (Белочку).Ответы детей (К солнышку).Ответы детей. (Делали упражнения с шишками, чтобы быть сильными, здоровыми, играли с разноцветными шариками.)Ответы детей.  |
| Посмотрите, ребята, какие вы стали сильные, быстрые, выносливые. Ваши ножки умеют прыгать как мячик и быстро бегать, вы даже выросли и все это благодаря физкультуре. Делая каждый день зарядку и занимаясь физкультурой вы будете расти здоровыми и сильными.- Хорошо в лесу, но нам пора возвращаться.По тропинке по леснойВсе шагайте вы за мной.Дружно весело шагайте,Голову не опускайте.Вот тропинка впередиВ группу вам пора идти. | Дети встают в колонну, идут обычным шагом за воспитателем. |