муниципальное бюджетное дошкольное

 образовательное учреждение «Детский сад №46»

 Конспект

 непосредственно-образовательной деятельности

 по образовательной области «Физическое развитие»

 для детей старшей группы

 на тему: «Мы матросы»

 Выполнила: Павлова Галина Васильевна

 2014г

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование: гимнастические скамьи-4;

 Шнур-2

 Обручи-2

Материал: конверт с письмом, диск с аудиозаписью «Вместе весело шагать.

Шум моря».

Программное содержание:

Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по узкой стороне гимнастической скамейки.

Упражнять в прыжках на обеих ногах с продвижением «змейка»через шнур.

Развивать умение пролезать в обруч боком. Упражнять в ходьбе на носках, пятках, на полуприсяде, «змейкой»,беге друг за другом. Совершенствовать двигательные умения и навыки. Формировать правильную осанку. Пробудить чувство и любовь к спорту.

 Ход занятия

1Часть.Вводная.

Дети входят в зал в белых футболках и строятся в одну шеренгу по росту.

Вос-ль:- Ведущий: « На месте стой 1,2! –Налево! Равняйсь!Смирно!»-дети

встают лицом к воспитателю.

Восп-ль:- обращаю внимание детей на конверт: «Что это за конверт? От кого же нам письмо? О,так это капитан Врунгель пишет нам. Что-то у него случилось, сейчас прочту : Дорогие, отважные, смелые дети! У нас произошло несчастье. -Заболел помощник Лом. Нам нужна команда настоящих матросов, для совершения кругосветного путешествия. Готовы ли вы пройти испытания?»

Дети: Да!

Вос-ль: «Приступим. Испытание первое:матросы всегда выполняют команды и приказы своих капитанов. Сейчас мы проверим как вы умеете выполнять команды! Я буду показывать Вам карточки,а вы будете выполнять движения.

Будьте внимательны! Направо! В обход по залу шагом марш! (музыка «Вместе весело шагать»).

Дети маршируя идут по залу. Обращаю внимание на осанку: «Выпрямили спину, вытягиваем носок вперёд!»-поправляю Полю,Алину П.,Илью,Диму Г.

Показываю карточки с условным обозначением движений.1.Ходьба на носках руки вверх.(песок нагрелся, жжёт пятки).-Молодец: Настя, ДимаШ,Алина Л. Спину держат прямо, идут ровно высоко поднимаясь на носках.-Дима Б, Кристина выпрямились, держим спину прямо,голову не опускать смотреть вперёд.

Об.ходьба.2.Ходьба на пятках, держа руки за головой.(острые камешки).-Хорошо получается у Арины, Лизы, Димы, Насти. -спину держат прямо, идут на пяточках ровно.-

Об.ходьба.3.Ходьба в полуприсяде руки на коленях. – Молодцы, какие внимательные.Об.ходьба.4.Ходьба змейкой. За ведущим шагам марш не отстаём.Об.ходьба.5.Бег друг за другом. -работаем руками в темпе.

6.Ходьба с выполнением дыхательных упражнений.

Подняли руки вверх, подтянулись на носки ,вдохнули воздух, опускаем руки,выдыхаем.(дышим носом).

 Построение в звенья.

Дети строятся:ведущий-1 звено,Кирилл-2 звено, Алина- 3 звено. Идём маршируем, раздвигаемся на вытянутые руки. Кругом 1,2.

2.Часть.ОРУ. «Тренировка матросов».

1. «Пловец»- И.п. -ноги врозь, руки вверх; поочерёдные круговые движения руками вперёд-4р.То же назад -4р. Д:6р.

Молодцы, хорошие пловцы. Упражнение окончено.

2. «У штурвала». И.п.- ноги врозь, руки перед грудью, локти вниз(держим штурвал).

1.-наклон вправо.2.и.п.3. наклон влево.4.и.п. Д:6р.

3. «Поднять якорь!»

И.п -стоя, ноги врозь, руки на пояс.

1-наклон вперёд,коснуться руками пола.

2-И.п.Д:6р.

-Хорошо наклоняется Настя,Алина,Женя,Дима.-колени не сгибать спину ниже наклоняем.

-Молодцы!Упражнение окончено.

4. «Сигнал для матросов».

1.-Стоя на коленях,руки на поясе.

Поворот вправо, отвести правую руку назад.

И.п.- то же влево, левую руку назад. –И.п. Д:6р.

-Молодец, Настя, Кирилл, Алина П,.Старается Илья, ДимаБ, ЛизаМ.Упражнение окончено.

На угол ребята встали.

5. «Катамаран»

И.п- сидя, руки в упоре сзади, ноги слегка приподнять, имитировать педалирование ногами.1,2,3,4.- отдохнули.-д:6р.

Легли на спину, повернулись на живот.

6. Упражнение «Рыбки».

И.п.- лёжа на животе, руки вперёд, соединив ладони, ноги прямые вместе.

1.- поднять верхнюю часть туловища.2.-И.п опустились.- Молодцы, АлинаЛ,

Настя, Алина П.-Хорошая рыбка.Д:6р. Упраж.окончено. Встали,ребята.1,2.

подравнялись ,смирно.

7. «Прыжки»

И.п- прыжки на двух ногах на месте.

1.-ноги врозь,руки в стороны.2- ноги вместе руками обхватить плечи,в чередовании с ходьбой.(2р.по 8 прыжков).

-Молодцы, дружно прыгаем.

8.Упражнение на дыхание «Парус»

И.п- ноги врозь, руки вверх подняли 1- обычный вдох, носом.2-4- продолжительный выдох через рот,опускаем руки вниз(ветер надувает парус).

Молодцы,ребята к морскому путешествию вы готовы!Кругом.За ведущим шагом марш.

Строимся в шеренгу .Налево!1,2.

Мальчики Глеб, Кирилл, Дима Г,Павлик ставят скамейки вместе с воспитателем ,раскладывают оборудование.

Ребята, матросы сильные, смелые, отважные.

А есть ли у вас эти качества?

Объяснение показ (ребёнком).

Следующее испытание от капитана Врунгеля.

Покажет нам Настя. Будьте внимательны!

1. «По скользкому трапу».

Ходьба по узкой стороне гим.скамейки, руки в стороны, спина прямая.

2. «Между подвижными рифами»

Выполнить прыжки через канат «змейкой» на обеих ногах.

3. «Спуск в трюм».

Пролезть в обруч боком, встать и хлопнуть в ладоши. И вернуться в свою команду.

Матросы построились в 2 команды.

1.команда-девочки,а 2 – команда- мальчиков.

Молодец, команда мальчиков быстрее построилась. Приготовились,начинай.

Слежу за каждым.Молодцы Дима,Настя,Алина П. Хорошо получается у Ильюши. Обе команды выполняют основные движения 2р.Матросы в команде не разговаривают, ведут себя тихо на море.

Молодцы,ребята. Испытания вы прошли. Настоящие матросы! А сейчас мы с вами поиграем в игру «День,ночь,огонь,вода» Предложить детям рассказать правила игры.

«День!»-свободно перемещаемся по залу.

«Ночь!»-замереть.

«Огонь!»-нужно быстро залезть на скамейки.

«Вода!»-лечь на живот,на пол,имитируем плавание руками бассом.

Будьте внимательны,матросы!2р(3мин.)

Дети после команды «Вода» остаются на полу.

А сейчас, ребята, перевернулись все на спину и « покачаемся на волнах».

Релаксация.

Ребята,все расслабились,закрываем глаза и послушаем шум моря.(аудиозапись).Вос-ль тхо рассказывает детям,что сейчас они тихо качаются на волнах.Добрые дельфины проплывая мимо, ласково гладят вас своими плавниками.А чайки,смотря,на вас рассказывают вам свои сказки.(3мин.)

Молодцы,ребята.Встали в шеренгу за ведущим.Налево!1,2.

Ребята,мы с вами прошли все испытания.Капитан Врунгель благодарит вас и обязательно возьмёт в следующее путешествие таких отважных,смелых и умелых детей.

Ребята,что вам понравилось?Какие ,упражнения,движения?

Дети рассказывают. А мне понравились «матросы»…,у Димы,Лизы,Кирилла в след.раз лучше получится ,они обязательно постараются. Направо! В обход по залу шагом марш. Дети идут в группу.