Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №9 «8 Марта» комбинированного вида

**Конспект**

**непосредственной образовательной деятельности**

**(старшая группа)**

**Образовательная область:** «Физическое развитие»

**Тема**: Путешествие по сказке «Снежная королева»

Подготовила и провела

Инструктор по физической культуре:

Халилулина Л.В.

Подольск 2015

**Программное содержание:**

**Цель:** способствовать формированию двигательных навыков и физических качеств, развивать интерес к занятиям по физической культуре.

**Задачи:**

1.Оздоровительные:

- Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры;

- Укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнений упражнений;

2. Образовательные:

- Закреплять навыки разных видов ходьбы (на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, в приседе);

-Упражнять в прыжках на двух ногах правым и левым боком с продвижением вперед;

- Закреплять умение сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры при ходьбе по гимнастическому бревну;

-Упражнять в подкидывании мяча вверх и ловле его двумя руками;

-Развивать внимание, быстроту реакции, ловкость, чувство ритма.

3.  Воспитательные:

-Воспитывать чувство ответственности за порученное задание;

- интерес у детей дошкольного возраста к процессу выполнения физических упражнений и к занятиям по физической культуре

**Методы**: наглядный, практический, словесный

**Предварительная работа**: Чтение сказки «Снежная королева», рассматривание иллюстраций к сказке.

**Предметно-развивающая среда**: гимнастическое бревно, мячи, корзина для мячей, канат, оборудование «Парашют» для игры «Радуга», снежинка, музыкальное сопровождение.

**Длительность занятия**: 25 минут

**Количество детей**: 21

**Одежда детей**: белая майка, черные шорты, чешки

**Ход занятия:**

**Вводная часть**.

Дети входят в зал и становятся в шеренгу.

**Инструктор**: Группа! Равняйсь! Смирно! Здравствуйте, ребята!

**Дети**: Здравствуйте.

**Инструктор**: Начинаем наше занятие по физкультуре. Это занятие буду проводить я. Меня зовут Любовь Владимировна. Посмотрите, к вам сегодня пришли гости. Они хотят посмотреть какие вы ловкие, сильные и смелые. Давайте с ними поздороваемся!

**Дети**: Здравствуйте.

**Инструктор:** Ребята, а вы любите путешествовать? А хотите отправиться в сказку?

**Дети:** Да!

**Инструктор:** Сказку вы узнаете, если загадку отгадаете!

«Под крышей двух домов они жили, и как брат с сестрой дружили, но холодная красавица пришла и в ледяное царство друга забрала!»

**Дети:** Сказка «Снежная королева», а девочку зовут Герда.

**Инструктор:** Правильно, сегодня я получила письмо от неё (показывает и читает снежинку-письмо).Она пишет, что много прошла испытаний, оказалась в замке Снежной королевы. Но Снежная королева превратила сердце Кая в лёд, надо помочь растопить его сердце вашими улыбками и хорошим настроением.

- Ну что, ребята, отправимся в такое далёкое и интересное путешествие?

**Дети**: Да!

**Инструктор:** Направо! Шагом марш!

1. В сказку смело мы идём отыскать нам Кая нужно (Ходьба обычная)
2. Вот снежинки полетели, заметают всё кругом, на носочках мы идём. (Ходьба на носочках, руки за голову)
3. Чтоб дорогу к дому не забыть, тропинку нужно проложить. (Ходьба на пятках)
4. Снега много намело, по сугробам мы шагаем выше ноги поднимаем. (Ходьба, высоко поднимая колени)
5. Через снежные заносы перепрыгнем мы легко. (Прыжки вперёд).
6. А по полю с ровным снегом двигаемся лёгким бегом (Бег обычный, с захлёстом).

Упражнение на восстановление дыхания.

Ходьба врассыпную.

**Основная часть**.

**Инструктор:** Вот мы и оказались в стране «Лапландия». Как здесь холодно. Чтобы согреться давайте проведём зарядку.

**ОРУ без предметов**.

1. И. п: ноги на ширине ступни, параллельно, руки на поясе,1- руки в стороны: 2- руки вверх, подняться на носки: 3- руки в стороны; 4- вернуться в исходное положение (6 раз).

2. И. п: ноги на ширине плеч, руки за головой. 1-поворот туловища вправо, руки в стороны; 2-вернуться в исходное положение. То же влево (6 раз).

3. И. п: ноги на ширине плеч, руки внизу. 1-руки в стороны; 2- наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3- выпрямиться, руки в стороны; 4- вернуться в исходное положение (6 раз).

4. И. п: основная стойка1, руки на поясе. 1-2- присесть, руки вынести вперед; 3-4-вернуться в исходное положение (6 раз).

5: И. п: основная стойка, руки внизу. 1 - правую ногу в сторону, руки в стороны 2- правую руку вниз, левую вверх: 3 - руки в стороны: 4 - приставить правую ногу, вернуться в исходное положение. То же влево (8 раз).

6. И. п: основная стойка, руки на поясе. 1 - прыжком ноги врозь, руки в стороны: 2 - вернуться в исходное положение. На счет 1 -8 повторить 3- 4 раза. Выполнятся в среднем темпе под музыкальное сопровождение.

Упражнение на восстановление дыхания.

**Основные виды движений**. (форма организации детей- поточный способ).

**Инструктор:** А мы продолжаем наше путешествие по сказке. Чтобы дойти до замка Снежной королевы, надо преодолеть полосу препятствий.

1. Пройти по гимнастическому бревну, руки в стороны; (идём по мостику);
2. Подкинуть мяч вверх и поймать его двумя руками (убираем снег с пути)
3. Прыжки на двух ногах правым и левым боком с продвижением вперед (преодолеваем сугробы).

Выполнить 2-3 раза.

**Инструктор:** Молодцы! Преодолели все препятствия и оказались в замке Снежной Королевы. Здесь кругом снег и всё белым бело! А давайте добавим ярких красок!

**Подвижная игра:** **«Радуга»**

Описание игры: Дети держат парашют двумя руками за цветовой сектор. Дети произносят слова: Раз, два, три!

Радуга взлети! Инструктор продолжает, и называет любой цветовой сектор-Красные беги!

Дети, стоящие под этим цветом, пробегают под парашютом и меняются местами с другими детьми. (4-5 раз)

**Заключительная часть.**

**Инструктор:** Ребята, а давайте сделаем так, чтобы снежная королева тоже стала доброй и весёлой и больше никого не превращала в лёд.

**Упражнение «Лучик»**

К солнышку мы потянулись,

Лучик взяли, к сердцу прижали,

Королеве отдали и улыбнулись.

Мы сделали замок Снежной Королевы ярким и красочным! Сделали её доброй и весёлой! И поэтому льдинка в сердце Кая растаяла!

Своими улыбками и хорошим настроением вы растопили лёд в сердце Кая!

**Инструктор:** Пора возвращаться нам в детский сад! Ляжем на нашу волшебную радугу (спокойная музыка)

Глазки наши закрываем,

Сном волшебным засыпаем.

В сказке с вами побывали

И немножечко устали.

Наши ноги отдыхают, руки тоже отдыхают.

Хорошо нам отдыхать!

Но пора нам просыпаться –

В физкультурном зале, чтобы оказаться!

1,2,3,4,5-

В детском садике мы опять!

**Рефлексия.**

Дети садятся по – турецки.

**Инструктор:** Вот и закончилось наше путешествие в сказку. Ребята вам понравилось? (Ответы детей)

А что больше всего вам понравилось? (Ответы детей)

**Инструктор**: Вы такое доброе дело сделали, не смотря на все препятствия. Помогли растопить льдинку в сердце Кая. И всё потому, что вы дружные, ловкие, смелые, не боитесь трудностей и готовы всегда прийти на помощь.

Заключительная ходьба по кругу в колонне по одному.