Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №30 города Ейска

муниципального образования Ейский район

**Конспект**

**непосредственно образовательной деятельности**

**по образовательной области «Физической культура»**

**на тему: «Тропинка в Страну Здоровья»**

в старшей группе

компенсирующей направленности

 Подготовила:

Павлик Е. П., воспитатель

МАДОУ ДСКВ № 30 г. Ейска

МО Ейский район

2014 г.

**Программные задачи**

**Оздоровительные задачи:**

1.Формирование у детей положительного эмоционального настроя посредством психогимнастики.

**Обучающие задачи:**

Совершенствовать умения детей в подбрасывании и ловле мяча двумя руками.

**Развивающие задачи:**

Формировать координацию движений и навыки дыхательной гимнастики.

**Воспитательные задачи:**

Воспитывать у детей интерес к спорту.

 **Оборудование:** музыка (запись «Звуки леса»), магнитофон, набивные мячи, резиновые мячи, гимнастическая скамья, канат, флажок для подвижной игры.

**Ход непосредственно образовательной деятельности:**

1. Вводная часть.

 Психогимнастика «Мы в лесу». Дети садятся лицом к воспитателю полукругом. Воспитатель предлагает детям закрыть глаза и представить себя в лесу: вокруг поют птицы, разные звери подают свои голоса, пахнет елями и соснами, солнышко пригревает и т. д.

 Занимательная разминка «Лесная тропинка». Воспитатель предлагает детям вообразить, что все они матросы и несут службу на огромном паруснике.

1. Обычная ходьба.
2. Ходьба на носках.
3. Ходьба на пятках.
4. Ходьба с высоким подниманием колена.
5. Быстрая ходьба.
6. Легкий бег.
7. Быстрая ходьба.
8. Обычная ходьба.

 Упражнение на восстановление дыхания.

Дети идут в обход по залу и произвольно восстанавливают дыхание: вдох носом, руки поднять вверх, выдох ртом, руки опустить.

1. Основная часть.

ОРУ – «Зарядка для зверят»

Дети стоят врассыпную по залу.

1. **«Птицы расправили крылья»**

И.п. ноги слегка расставлены, руки согнуты в локтях перед грудью.

1, 2 – рывок локтями назад;

3,4 – выпрямить руки, рывки руками назад с поворотом вправо; то же влево.

1. **«Зайка оглядывается назад»**

И.п. стоя на коленях руки на поясе.

 1, 2, 3 – вытянуть правую ногу в сторону, наклонится к ноге с выпрямленной левой рукой;

4 - и.п. Повторить то же влево.

1. **«Ёжик ворчит»**

И.п.: по восточному руки на плечах.

1,3 - повернуться направо – вдох;

2,4 - налево – выдох.

4. **«Рысь».**

И. п.: стоя на четвереньках с опорой на ладони.

1,2 - голову поднять, спину выгнуть к полу – вдох (рысь добрая»;

3,4 – голову опустить, спину выгнуть вверх - выдох (рысь сердится).

5. **«Белочка скачет»**

И.п. о.с. прыжки двумя ногами вправо, влево и ходьба.

ОВД - «Вместе весело шагать…»

1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (прячемся от медведя).
2. Ходьба по канату боком приставным шагом (шагаем вдоль канавы).
3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи (перешагиваем через поваленные деревья)

Подвижная игра «Найди, где спрятался зайка»
Дети стоят вдоль стены комнаты.

Воспитатель показывает игрушечного зайца, говорит, что спрячет его.

Дети поворачиваются лицом к стене.

 Воспитатель прячет зайца и говорит: "Пора".

Дети ищут спрятанную игрушку.

Тот, кто первым найдет её, прячет при повторении игры.

Игра повторяется 3-4 раза.
**Указания***.* Если дети долго не могут найти зайца, воспитатель подходит к месту, где он спрятан, и предлагает поискать там. Когда игрушку прячет ребенок, ему надо помочь.

Дыхательная гимнастика **«Собираем ягоды».**

И.п. – сесть, ноги врозь, руки согнуты в локтях, у груди. Наклониться вперёд, коснуться пальцами рук носков ног, произнести: «Гу!». Выпрямиться, руки притянуть к груди. Повторить медленно 3-5 раз.

 **Пальчиковая гимнастика «АПЕЛЬСИН»**

(начинать с мизинца, загибать попеременно все пальцы).

Мы делили апельсин,

Апельсин всего один.

Эта долька для кота,

Эта долька для ежа,

Эта долька для улитки,

Эта долька для чижа,

Ну, а волку кожура!

3.Заключительная часть.

Построение в шеренгу, подведение итогов занятия.