

Конспект непосредственно образовательной деятельности
в старшей возрастной группе

«Мы здоровыми растем - мы здоровье сбережем»

Провела:

Асанова Нурия Мавлетшаевна
инструктор по физической
культуре
МБДОУ «Солнышко»

Старая Полтавка

2012 г.

Задачи:

упражнять в различных видах ходьбы и бега, укреплять мышцы спины, формируя правильную осанку и красивую походку; проводить профилактику плоскостопия, укрепляя мышцы стопы; обучать разным способам передачи мяча друг другу; упражнять в правильном дыхании; познакомить с народными пословицами;

развивать силу и выносливость в процессе выполнения упражнений, координационные способности;

воспитывать интерес к движениям и здоровому образу жизни; воспитывать доброжелательные чувства и желание помочь.

Оборудование:

-письмо;

-чайные чашки и самовар (из плотной бумаги);

-модули, обручи(5-красных,5-синих);

- большие мячи(на группу детей).

| | | |
|----------------|---|--|
| | <p>-вполуприсяде, Бег -на носочках, -врассыпную, -в разном темпе</p> | |
| Основная часть | <p>Появление Антошки</p> <p>О.Р.У. с обручами 1-упр. Для мелкой моторики рук. 2-«через прыгалку» 3-«приседалочки» 4-«на качелях» 5-«мы -гибкие» 6- 7-«прыжки» (с большими мячами 5-«пружинки» 6-«лошадка» 7-«прыжки»)</p> | <p>Антошка: «А вот и я, Антошка, вот моя большая ложка, Люблю повеселиться, Особенно –поесть, На травке поваляться, И мультик посмотреть! Что за собрание у вас? Споры и волнения? Где печенье, где же торт, Где же угощение?</p> <p>Педагог: Вообще-то мы сюда пришли не чай с вареньем распивать, Пришли тебе о важном рассказать -о том , что каждое утро нужно начинать с зарядки.</p> <p>Антошка: «Зарядка? Что это? Вкусно? Пирожки с капустой? Компот или кисель? Люблю я все, поверь...</p> <p>Педагог: «Да нет, вставай скорее в строй! Займемся мы сейчас тобой!» Ребята, разойдитесь по зрительным ориентирам (колечкам),мы будем выполнять упражнения с разными предметами(<i>показ ребенка, показ взрослого, придумывание упражнения детьми</i>)</p> |

| | | |
|-----------------------------|---|--|
| | <p>О.В.Д. -Прыжки из обруча в обруч. -ходьба змейкой -передача мяча разными способами.</p> | <p>Антошка: Вот это да! Намял бока, Работа эта не легка, Ну а теперь я лучше На травке полежу, Я собственным здоровьем Пока что дорожу...</p> <p>Педагог: Ребята, скажите Антошке, зачем нужно заниматься физкультурой и не лениться... <i>(ответы детей)</i></p> <p>Педагог: Ведь не зря в народе говорят: «Крепок телом -богат делом», «В здоровом теле-здоровый дух», «Болен - лечись, а здоров- берегись», «Где здоровье- там и красота»</p> <p>Антошка: А какой вид спорта вы мне могли бы посоветовать, я про это ничегошеньки не знаю?</p> <p>Педагог: Для этого я приглашаю тебя и ребят в музей, где ты познакомишься с некоторыми видами спорта. Ребята, а какие виды спорта здесь у нас спрятались? Вы можете догадаться по предметам, которые здесь находятся. <i>(ответы детей)</i></p> <p>Антошка: «А что еще вы можете мне показать и чему научить?»</p> <p>Педагог: Мы тебе можем показать, как нужно мяч друг другу передавать,</p> <p>Антошка: Теперь я понял, что заниматься физкультурой очень полезно, к тому же –интересно! Я вас благодарю за ваш урок и хочу с вами потанцевать, а танец называется «Разноцветная игра»</p> |
| <p>Заключительная часть</p> | <p>Дыхательные упражнения «угощение чаем»</p> | <p>Педагог: Ребята, Антошка все таки хочет угостить нас чаем с вареньем. Только чай горячий и его надо остудить <i>(дети дуют на чашки).</i></p> |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>Педагог: Ребята, а вы можете напомнить Антошке, чем мы сегодня занимались? <i>(ответы детей)</i> А теперь давайте еще раз напомним Антошке правила здоровья, которые надо соблюдать. Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет? Чтоб с микробами не знаться, надо дети закаляться. Правда? никогда чтоб не хворать, надо целый день проспять? если хочешь сильным быть, со спортом надо всем дружить? Верно? И от гриппа, от ангины нас спасают витамины? Верно? будешь кушать лук ,чеснок-тебя простуда не найдет? Верно?</p> <p>На память о сегодняшнем путешествии я вам оставлю эти картинки, которые нужно разукрасить, из них вы должны будете собрать альбом, а название придумаете ему сами.</p> <p><i>А теперь пора прощаться. Всем желаю закаляться, не болеть и не хворать Физкультурниками стать!!!</i></p> |
|--|--|---|