

Конспект занятия по физическому развитию в старшей группе с применением нетрадиционного оборудования

«ГОРА САМОЦВЕТОВ»

Интеграция областей: художественно-эстетическое; познавательное развитие; социально-коммуникативное; речевое развитие.

Цель: приобщение детей к физической культуре с помощью различных видов деятельности.

Задачи:

Образовательные:

- упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности;
- упражнять в ползании по-пластунски;
- закрепить умение бросать мяч;
- научить координировать движения рук и ног во время движения по скалодрому.

Развивающие:

- способствовать развитию силы мышц рук и ног;
- способствовать развитию правильной осанки;
- способствовать развитию мышц стоп.

Воспитательные:

- воспитывать устойчивый интерес к занятиям физической культурой.

Используемые методы и приемы:

- метод наглядности (показ упражнений);
- словесный метод (команды, сюжетный рассказ, подача сигнала).
- приемы: зрительные, наглядно-слуховые, практические.

Оборудование: разметка; ленточные эспандеры; мат; скамейка; брезентовое покрытие; бревно; тоннель; колючие коврики; мягкие мячи; скалодром; корзина; канатная веревка; гимнастическая стенка; наклонная доска; сенсорные планшеты; полудрагоценные камни; музыкальное оборудование.

Виды деятельности: бег; прыжки; ползание; ходьба; метание.

Предварительная работа:

- работа с резинками;
- подъем по скалодрому;
- работа с планшетами.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Вводная часть:

1. Организованный вход в зал
2. Построение в шеренгу

- Равняйся! Смирно! Физкульт! (привет)

Раздается телефонный звонок

- Я прошу прощения, забыла выключить телефон. Мне надо ответить. Алло!

Троль (в записи) плачет.

- Это же мой знакомый Сказочный Троль. Что случилось? Почему ты плачешь?

Троль: скоро праздник, 8 марта. Я хотел сделать открытку для своей мамы из драгоценных камней. Я так люблю камни! Они такие вкусные! Такие красивые!

Но я их все растерял! И теперь мне не сделать открытку! Плачет.

- Не расстраивайся, мы с ребятами тебе поможем! Правда, ребята?

- Камни самоцветы мы можем только на высокой-высокой горе. Но путь туда долгий и опасный. Вы готовы отправиться в путешествие? Впереди нас ожидают опасности и приключения. А чтобы все эти опасности нам преодолеть, надо быть сильными. Давайте разомнёмся. Напра-во! В обход по залу шагом марш!

Разминка

Марш в обход по залу.

На носках, руки на поясе (спина прямая, макушкой тянемся вверх).

На пятках, руки за голову, локти смотрят в стороны, лопатки соединить.

Подскоки (правое колено вверх, левое колено вверх).

Захлест голени, руки за спиной.

Галоп правым боком, руки в стороны.

Галоп левым боком, руки в стороны.

Легкий бег по залу, три круга. Направляющий считает круги.

Направляющий:

Шагом, марш!

- На месте шагом. На месте стой! Раз два! Нале-во!

Педагог раздает эспандеры.

- Садимся в подсолнух. Дистанция между друг другом – вытянутые руки.

Разминка на полу

1 упражнение.

И.П. - сидя, эспандер в руках над головой, ноги вытянуты вперед, спина ровная.

Раз – вдох, руки развести в стороны. Эспандер к плечам.

Два – выдох, И.П.

Выполняем упражнение 8 раз.

2 упражнение.

И.П. – сидя, правая рука с эспандером в упоре на правом боку. Эспандер вдоль лопаток.

Левая рука согнута в локте, кулак прижат к плечу.

Раз – вдох, вытянуть левую руку с сторону с усилием.

Два – выдох, И.П.

8 раз с одной руки. 8 раз – с другой.

3 упражнение.

И.П. – сидя, эспандер на правом носке, концы эспандера в натяг. Спина прямая.

Макушкой потянуться вверх. Локти прижаты к туловищу.

Раз – вытянуть носок в пол.

Два – стопа «утюжок».

Раз с одной ноги, 8 раз с другой.

4 упражнение.

И.П. – сидя, эспандер на обоих носках, концы эспандера в натяг. Спина прямая.

Макушкой потянуться вверх. Локти прижаты к туловищу.

Раз – вытянуть носки в пол.

Два – стопы «утюжок».

8 раз.

5 упражнение. «Крылья бабочки».

И.П. – сидя, эспандер на обоих носках, пятки «приклеены друг к другу. Спина прямая.

Макушкой потянуться вверх.

Раз – развести носки в сторону.

Два – И.П.

8 раз.

6 упражнение.

И.П. - сидя, эспандер под сводом стопы, руки вытянуты перед собой.

Раз – вдох, лечь, плечами коснуться пола.

Два – выдох, И.П.

8 раз.

7 упражнение.

Расстелить эспандер перед собой, в дорожку.

И.П. – встать на один край эспандера, стопы вместе. Второй край эспандера взять в обе руки.

Раз - вдох, присесть.

Два – выдох, встать и потянуться руками к потолку, растягивая с усилием эспандер.

8 раз.

Игра «Салют»

Лечь в подсолнух. Ногу вытянуть вверх. Эспандер под сводом стопы. Натянув эспандер двумя руками, по команде педагога эспандер отпустить.

Построение в шеренгу.

Основная часть:

Звучит голос в записи. Голос: Я карта, я карта, я карта!

– Дети, что это? Откуда этот звук? Давайте посмотрим внимательно, и найдем карту.

Педагог достает карту и открывает ее. Карта начинает «говорить».

Карта: Путь к горе лежит через зыбучие пески, через огромное синее море, ледник, пещеру, топкое болото и дремучий лес. Но, берегитесь! По пятам за вами идет лесенок Жулик. Он может вам помешать добраться до горы самоцветов.

– Дети, что же может служить нам зыбучими песками?

Дети выбирают оборудование по своему усмотрению. Педагог выстраивает полосу препятствий, учитывая пожелания детей.

– В колонну по одному – стройся! *По свистку дети начинают выполнять задания. 3 круга. Педагог контролирует правильность выполнения упражнений. После прохождения препятствий дети с педагогом убирают инвентарь на места.*

Дети выстраиваются в шеренгу для прохождения препятствия скалодром (гора самоцветов).

– Мы прошли все препятствия. И подошли к горе. Вон там, на самой вершине, находятся заветные мешочки с драгоценными камнями для тролля.

Звучит шорох в записи.

– Вы слышите?

Звучит в записи песенка Жулика.

Выбегает Жулик.

Жулик: Вы собрались гору? На нее может идти только самый ловкий и отважный из вас.

– У нас все ребята отважные и ловкие! Хочешь – проверь!

Педагог раздает детям мячики для сухого бассейна. Задача детей – попасть мячом в корзину, которую держит Жулик. Ребенок, попавший в корзину – проходит на скалодром.

Жулик регулирует поток детей к скалодрому, чтобы не скапливалась очередь. Педагог страхует детей на скалодроме. Поднявшись на скалодром, дети снимают мешочек с крючка, одевают его на руку и по наклонной доске, спиной вперед, держась за веревку спускаются вниз. Каждый по одному разу.

Жулик прощается с детьми и уходит.

Заключительная часть:

Детям предлагается выбрать для себя разноцветные резинки на руки. Таким образом, образуются пары для работы с планшетами. Педагог раздает сенсорные планшеты, предлагая детям с помощью стоп распределить равномерно кинетический песок внутри планшета. Дети готовят фон для рисунка. Выбрав для себя камни одного цвета, дети в

парах выкладывают мозаику на получившемся фоне планшета в виде цветка, готовив открытку для мамы Тролля.

Готовые работы оставляем на полу (выставка).

- Наши открытки готовы! Я передам Троллю все наши открытки, и он выберет открытку для мамы.

Построение в шеренгу.

Рефлексия:

- Ребята, Вам понравилось наше путешествие?
- Возникли ли у вас трудности при выполнении заданий?
- Куда бы вы хотели отправиться в следующий раз?
- Ровняйся! Смирно! На пра-во! Из зала друг за другом шагом Марш!
- До новых встреч!