

**Конспект занятия по физическому развитию в старшей группе
с использованием ИКТ и здоровьесберегающих технологий**

«ПО ВСЕМУ СВЕТУ НА ВОЗДУШНОМ ШАРЕ»

Цель: укрепление здоровья детей, создание условий для привития интереса к физической культуре.

Задачи:

Образовательные:

- учить детей правильной посадке на мяч в прыжках на месте и в движении;
- совершенствовать навык ходьбы на высоких и низких четвереньках;
- пополнять словарный запас детей.

Развивающие:

- развивать координацию движений и глазомер детей при прокатывании мяча к цели;
- развивать чувство ритма, артикуляционную и мелкую моторику;

Воспитательные:

- воспитывать личностные качества: уверенность в своих силах, чувство товарищества;
- вызвать интерес к занятиям с фитболами.

Оздоровительные:

- способствовать формированию правильной осанки.

Виды деятельности: игровая, двигательная, коммуникативная.

Оборудование: фитболы, м. кольца, кегли (на подгруппу), массажная дорожка, перья для папуасов, знак для пингвина, корзина, компьютерная проекция, муз. сопровождение, пособие «Волшебный ковёр», цветы.

Ожидаемый результат:

- у детей появится интерес к фитболу и желание на нём заниматься,
- дети овладеют комплексом упражнений с фитболом,
- дети активизируют представления о некоторых частях света и пополнят словарный запас.

Предварительная работа: беседа в группе на тему «Кто и куда хотел бы отправиться в путешествие?»; ОРУ с фитболами.

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Организационный момент: педагог предлагает отправиться в интересное путешествие, где на пути надо преодолеть множество препятствий, но дети сильные, смелые и непременно их преодолеют.

Вводная часть:

- Здравствуйте, ребята! Я пришла к вам не одна, а со своим самым лучшим другом. Кто знает, как его зовут? Правильно мяч, но необычный – это фитбол. Скажите: «Фитбол». Я его очень люблю. Посмотрите, ребята, какой он большой, яркий. А еще он волшебный, на нём можно путешествовать по всему свету. Вы хотите путешествовать? Но, у меня есть фитбол, а у вас нет. Давайте каждому из вас найдем такого же друга. Кто не боится трудностей и любит приключения, пойдёмте со мной. А какие качества нам пригодятся в пути? (внимательность, смелость, дружба, заботливость). В колонну по одному, становись! Проверили свою осанку. Шагом марш!

Разминка «В пути»

Мы команда хоть куда,
Не пугает нас беда.
Мы шагаем по дороге,
Поднимаем дружно ноги.
Ветви низко наклонились,
Мы гуськом теперь пустились.
А теперь ходьба необычная:
На коленях мы пойдём,
И фитбола след найдём.

Поднимаемся на высокую гору.

Спускаться с горы будем необычно. А сейчас необычный бег. Оседлали скакуна. Вперед!

Дыхательная гимнастика

- Давайте, ребята, для радостного настроения надуем красивые разноцветные шарики. Какого они цвета? На что они похожи? Ребята, а что это наш «волшебный ковёр» такой бугристый стал? Наверное «ковёр» волшебство сотворил? Давайте подойдём и посмотрим, что же там? Вот они, наши друзья! Выбирайте себе друга.
- Взяли мяч так, как я. Отправляемся дальше в кругосветное путешествие. Скажем волшебные слова:

Шар волшебный, повернись,
В шар воздушный превратись.

Летим на воздушном шаре!

- Взяли шар, подняли над головой.
- Полетели, полетели,
- Все моря перелетели.
- Полетели, полетели,
- Приземлились, на кружочки тихо сели.

Основная часть:

- Ребята, а куда мы попали? Мы попали в Африку. А в Африке живут папуасы, они занимаются охотой. Я, вождь племени Туки-Туки, приглашаю вас совершить ритуал, чтобы наша охота была удачной.
- Наш фитбол превратился в «барабан». Будем ударять по нему широко раскрытой ладонью и говорить: «Бум!» Посмотрите на меня.
- Нужно развести костёр. Посмотрите, как я прокатываюсь вперед, тянусь за руками и дую. А теперь выполняем вместе со мной.
- В нашем племени живут самые быстрые воины. Тренируются они так: касаются коленом мяча и говорят: «Ха!» Приготовились, подняли фитболы вверх, выполняем упражнение.
Покажите мне стройную фигуру воина. Воины думают: «М-м-м...».
Все воины взяли копье. Посмотрите на вождя: наклон вправо, сказали: «Хе!», те же движения влево.
Пусть солнце поможет нам на охоте. Приняли И.П. (по словесному указанию педагога)
Мы вновь взяли барабаны.
- Этим танцем вы пожелали папуасам доброй охоты. Спасибо вам! (Перья снять). Ну, а нам пора отправляться дальше. **Шар волшебный, повернись, в парусную лодку превратись!**
- Ребята, а как можно плыть на парусной лодке? Днище прямое – ноги выпрямлены.

- Мы плывем по океану. Там быстрое течение. Куда же оно вынесет нас? Встали, ребята. Что же это впереди? На пингвинов погляди.
- А где живут пингвины? Пингвины живут только в Антарктиде. Там, ребята, очень холодно. Давайте погреемся: пощиплем уши, разотрем ладони, руки.
- Ребята, чем питаются пингвины? Правильно, рыбой. Сейчас мы поможем нашим пингвинам наловить рыбы. Взяли кеглю – это ваша рыба, у каждого своя. Поставили ее на отметку-рыбку. А теперь перешли на другую сторону зала, напротив своей рыбки. Возьмите мяч так, как я. Прокатываем его и метко попадаем в свою рыбку. Ставим ее на место и бежим обратно. Кто за 2 минуты поймает рыбы больше? Обязательно сосчитайте свой улов. Время пошло. Марш!
- Сколько же рыб вы поймали? Молодцы! Давайте подарим эту рыбу пингвинам, пусть они радуются.
- Отправимся дальше на подводной лодке. ***Шар волшебный, повернись, в подводную лодку превратись!***
- Сели на колени, задраили люки, завели моторы, легли на мяч, включили лопасти, посмотрите, как я это делаю. Моторы работают долго, на выдохе. Вдох, тр - р -р- ... Если мы выполним правильно, то обязательно увидим что-нибудь интересное. Мне нравится, когда вы не сгибаете колени.
Смотрите-ка, ребята,
Чудесная страна,
Зверей совсем невиданных
Покажет нам она.
- Куда это мы попали? Правильно, кенгуру живёт в Австралии. Чем же необычен этот зверь? Верно, у него есть сумка - карман, в которой живет малыш. Как его зовут? Кенгурёнок. Встали в шеренгу. Мама очень любит своего малыша, и, чтобы он не упал, хорошо закрывает карман. Положили раскрытые ладони на мяч по бокам, держимся руками за мяч и весело прыгаем на месте. А теперь отправимся на другую сторону поляны. Положили ладони на мяч - одну спереди другую сзади. Сзади подталкиваем мяч, а спереди придерживаем, привставая на ногах в широкой посадке. Ах, какие забавные эти животные! Наше путешествие продолжается. ***Шар волшебный, повернись, в вертолёт превратись!***
- А как вы думаете, ребята, как полетит наш вертолёт? Смотрим на меня – делаем как я.

– Вот это красота! Что это? Пустыня!

А в Азии, а в Азии

Барханы и пески.

И здесь лишь караванами

Верблюдам груз вести.

- Наши мячи превращаются в барханы. Что такое барханы? Горы песка. Положите мячи по кругу, а мы поможем верблюдам перевезти груз. Взяли «груз», положили его на лопатки, на высоких четвереньках передвигаемся «змейкой» между барханами. Перевезем груз на склад. А потом «верблюды» отдыхают (идут на коленях, прогибая спину). Подождем весь караван. Молодцы ребята, помогли верблюдам. Как жарко в пустыне! Правда, ребята? Так хочется опять поплавать в море.

Покрутились, покрутились,

В теплом море очутились!

- Я знаю игру, которая называется «Дельфины». Как только мы закончим произносить стихи, дельфину надевается маска. Он ловит рыбу. Мы с вами – рыбки. Кого поймал дельфин, тот встает на вместе ноги врозь, руки вверх, ладони соединены. Такую рыбку можно спасти, проплыв у нее между ног. Читаем стихи и выполняем движения.

В море бурном, в море синем
Быстро плавают дельфины.
Не пугает их волна,
Рядом плещется она.
Проплывает мимо кит,
Быстрым рыбкам говорит:
«Раз, два, три, четыре, пять,
Рыбкам надо уплывать»

Заключительная часть:

Дыхательные упражнения:

- построение в круг;
- упражнения йоги.

Надуем красивый парус.
Много частей света мы повидали.
А теперь пора домой,
В край чудесный наш родной.

- Ребята, давайте полетим домой на «волшебном ковре». Сядем в круг в позе «лягушка», возьмемся за руки. Не упадите с мяча, крепко сжимаем руки.

Раз, два, три, четыре, пять,
Начал наш ковер взлетать.
Над полями, над лесами,
Над глубокими морями.
Мы быстрее ветра мчимся,
Где же с вами приземлимся?

Рефлексия:

- Ну, вот мы с вами и дома. Давайте сядем в позу «бабочка».
- Ребята, кому понравилось наше путешествие?
- А что стало с вашим настроением?
- Ребята, наш «волшебный ковёр» превратился в «ковёр настроения», но на нём нет узоров, они все разлетелись. И мы его сейчас украсим.
- Ребята, у нас в зале, есть маленькие нарисованные мячики. Одни грустные, а другие веселые. Выберите такой мяч, который передаёт ваше настроение и поместите его на мольберт. Вы запомнили, как зовут моего лучшего друга? Фитбол!
- Я надеюсь, что он стал и вашим лучшим другом. А сейчас возьмём фитболы и положим их на место, до следующего занятия.
- Я благодарю вас, ребята. Вы такие смелые, ловкие, находчивые и очень дружные. До свидания. Уход детей в группу.