

Конспект НОД по физкультуре для детей подготовительной группы

"Путешествие на необитаемый остров."

Цель НОД: Закрепить умение в прыгивании с высоты на пол, упражнять в равновесии, в подтягивании по скамейке на животе, совершенствовать умения выполнять основные

движения осознано, быстро и ловко.

Задачи НОД:

Образовательная – учить детей соотносить результат движения с величиной приложенных усилий

Развивающая – довести до сознания детей, что двигательная активность является одним из источников крепкого здоровья.

Воспитательная – формировать потребность в регулярных занятиях физической культурой, стремление в расширении своего двигательного опыта

Интеграция с образовательными областями:

«Физическое развитие» - сохранение и укрепление физического здоровья посредством участия в играх, выполнения физических упражнений, безопасное поведение в условиях специально организованной и самостоятельной деятельности

«Социально-коммуникативное развитие» - доброжелательное отношение между детьми в процессе игрового взаимодействия, проявление адекватной реакции на эмоции других людей.

«Речевое развитие» - внимательное слушание рассказывания, включение в процесс восприятия.

«Познавательное развитие» - проявление любознательности, высказывание мнения, впечатлений, отражение их в продуктивной деятельности

«Художественно-эстетическое развитие».

Используемое оборудование:

- большое легкое покрывало
- схема – карта полосы препятствий 2 штуки

- гимнастическая скамейка 2 штуки
- куб 2 штуки
- Дуга 2 штуки
- тазик с водой
- тазик пустой 2 штуки
- корзина малая 2 штуки
- муляжи фруктов
- план – карта физкультурного зала
- коробочка с медальками.

Ход непосредственной образовательной деятельности:

Вос-ль: интересуется у детей: где мы с вами находимся, для чего нужно заниматься физкультурой и как можно проверить свою силу, ловкость и выносливость.

Выслушав ответы детей, предлагает свой вариант – путешествие на необитаемый остров. Ребята если мы справимся со всеми трудностями, то не зря занимались физкультурой, то мы действительно сильные, ловкие и выносливые. На остров мы отправимся на корабле. Дети образуют круг, кладут руки на плечи друг другу и, покачиваясь из стороны в сторону под музыку «шум моря», представляют, что плывут на корабле. «Впереди необитаемый остров, высаживаемся на сушу и построимся для проверки».

Построения и перестроения

1. построение в шеренгу
2. выполнение команд «равняйся», «смирно»
3. перестроение из колонны по одному в колонну по два
4. ходьба обычная, ходьба марш
5. ходьба с выполнением каких-либо упражнений для мышц рук
6. ходьба на носках, пятках, внешнем своде стопы.

7. ходьба в полуприседе
8. бег обычный
9. бег с остановкой по сигналу
10. бег в чередовании с подскоками
11. бег с изменением направления.

Упражнение на дыхание:

вдох – через нос, руки через стороны вверх

выдох – через рот, руки через стороны вниз

Дидактическая игра "Найди обитателей острова".

Вос-ль: «Мы долго искали место, где будет стоять наш лагерь. Обследовали остров и выяснили, что он действительно необитаем. День подходит к концу, нужно устраиваться на ночлег, ночевать мы будем в палатке».

Вос-ль: предлагает детям сесть в центре зала и накрывает их легким покрывалом – это палатка для ночлега.

Через некоторое время покрывало снимается. «Вот и прошла ночь, пора приниматься за дело. Необходимо обеспечить себя водой и продуктами питания, а чтобы настроение было бодрое, начнем день с зарядки».

ОРУ на месте без предмета

(дети встают в круг и берут друг друга за руки)

Упражнение 1.

И.п. – основная стойка, дети держат друг друга за руки.

1 – руки вверх

2 – вернуться в и.п.

Упражнение 2

И.п. – основная стойка, дети держат друг друга за руки.

1 – поворот головы вправо

2 – вернуться в исходное положение

3,4 – тоже самое в другую сторону

Упражнение 3

И.п. – ноги врозь, дети держат друг друга за руки

1 – наклон вперед, руки отвести назад

2 – вернуться в и.п.

Упражнение 4

И.п. – ноги врозь, дети держат друг друга за руки

1 – выпад с правой вперед, руки вперед

2 – вернуться в и.п.

3,4 – тоже самое с другой ноги

Упражнение 5

И.п. – сидя на полу, держа друг друга за руки, руки вверх

1 – наклон вперед к ногам, руками коснуться пола

2 – вернуться в и.п.

Упражнение 6

И.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги согнуты в коленях, стопы на полу

1 – оторвать таз от пола

2 – вернуться в и.п.

Упражнение 7

И.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища

1 – ноги спокойно оторвать от пола и поднять вверх

2 – вернуться в и.п.

Упражнение 8

И.п. – основная стойка, дети держат друг друга за руки

Прыжки на месте, помахивая руками во время прыжков

Упражнение 9

Восстановление дыхания «Аист»

Вос-ль: «Ребята, когда вы обследовали остров, я тоже не теряла время даром и нашла карты-схемы, думаю, что это тропа жизни к роднику и дорога за едой».

Воспитатель показывает карты-схемы полосы препятствий, которые дети должны построить сами. «Я предлагаю разделить на две подгруппы построить дороги и заняться сбором воды и пищи». Пока дети выполняют задание, педагог раскладывает недостающие атрибуты для проведения занятия.

Первая полоса препятствий: дети располагают две гимнастические скамейки одна параллельно другой; педагог добавляет на линию финиша тазик с водой, на линию старта пустые тазы.

Вторая полоса препятствий: стоят две гимнастические скамейки, куб, дуги.

Вос-ль ставит на линию финиша корзину с муляжами фруктов, на линию старта пустую корзину.

Дети делятся на две подгруппы и выполняют задания на полосе препятствий.

Вос-ль: «Второй день подошел к концу. Мы смогли добыть пищу и воду. Можно устраиваться на ночлег». Давайте соберемся в центре зала.

накрывая их легким покрывалом. Наступил третий день испытаний.

Вос-ль: Мы с вами очень постарались, а теперь давайте поиграем в игру.

Подвижная игра «Ловишка с мячом»

В центре зала в обруче ловишка с мячом. По сигналу игроки движутся по всей площади зала. Ловишка старается осалить играющих, кидая в них мячом, при этом за обруч выходить ему нельзя.

Игровая ситуация: После игры дети садятся у импровизированного костра в ожидании парохода. Выполняется дыхательная гимнастика «У костра».

Дыхательная гимнастика «У костра»

Дети садятся в круг по-турецки и выполняют, вдох через нос и выдох через рот, имитируя сдувание комара с различных частей тела.

Вдруг вос-ль обращает внимание детей на листок бумаги, висящий на стене.
«Смотрите здесь карта, может это сокровища. Красной точкой отмечено место клада, давайте найдем это место».

Ориентировка в пространстве:

По плану зала необходимо найти сюрпризный момент. Дети самостоятельно находят указанное место. Сюрприз - медальки.

Построение, подведение итогов:

Вос-ль проводит награждение. Благодарит детей за выполненный труд.

Слышен гудок парохода. Пора возвращаться домой.

Спокойная ходьба.

Конспект открытого НОД по
физкультуре в
подготовительной к школе
группе «Лунтики».

«Путешествие на
необитаемый остров».

Подготовила и провела:

Уколова Е.В.