

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
художественно – эстетическому направлению развития детей второй категории №43
«Аленький цветочек» х. Победа Азовского района**

**Конспект
открытого НОД по физической культуре
в старшей группе
на тему: « Весёлое путешествие в зоопарк»**

Подготовила и провела: воспитатель Тавинцева З.И.

январь 2017г.

Тема: «Весёлое путешествие в зоопарк»

Цель: укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой.

Задачи:

образовательная – упражнять в беге враспынную с увёртками в п/и «Ловишки», упражнять в ходьбе и беге, в подбрасывании и ловли мяча двумя руками, в скольжении по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, в ходьбе по канату приставным шагом; закрепить новый комплекс упражнений ритмической гимнастики; стретчинга и элементов восточных танцев; уточнять и обобщать знания детей о животных; способствовать развитию слухового и зрительного внимания

развивающая – развивать координацию речи и движений, творческое воображение

воспитательная – воспитывать активность, любознательность, навыки самоорганизации, взаимопомощи. - воспитывать позитивные качества характера (умение работать в коллективе, силу воли, целеустремленность). умение работать в команде.

Материалы и оборудование: 1 гимнастическая скамейка, 2 обруча, корзина с мячами, канат, для подвижной игры – хвостики, коврики, ноутбук,

Методы и приёмы:

- 1) мотивирование детей на включение в игровую ситуацию;
- 2) построение;
- 3) загадывание загадки;
- 4) музыкальная зарядка;
- 5) ходьба;
- 6) ОРУ – звериная аэробика;
- 7) ОВД – полоса препятствий;
- 8) подвижная игра «Ловишки»;
- 9) релаксация – упражнение «Лентяи»;
- 10) стретчинговые упражнения с элементами восточных танцев;
- 11) заключение игровой ситуации, подведение итога, сюрпризный момент.

Ход занятия.

Построение в шеренгу по одному

Воспитатель: Плечики расправили, животики втянули, руки прижали к телу.

Группа - физкульт!

Дети: Привет!

Воспитатель:

Группа – равняйся, смирно!

На первый, второй рассчитайсь!

Вторые номера сделали шаг назад.

Первые номера сделали шаг вперед.

Первое звено – направо, раз-два.

Второе звено – налево, раз-два.

Первое звено – налево, раз-два.

Второе звено – направо, раз-два.

Вторые номера сделали два шага вперед, раз-два.

Сегодня на нашем физкультурном занятии я хочу загадать вам загадку, а если вы отгадаете, то узнаете, куда мы с вами отправимся.

Загадка о зоопарке.

Это очень странный сад,

Звери в клетках там сидят,

Его парком называют,

Люди в парке отдыхают .

Там укрытия, вольеры,

За забором ходят звери .

Как мы этот парк зовем

И смотреть зверей идем?

Итак, сегодня мы с вами отправляемся в зоопарк, но сначала мы сделаем зарядку.

Выполнение музыкальной зарядки.

Воспитатель:

А сейчас внимание! Группа равняйся, смирно!

Направо (раз, два) Отправляемся в зоопарк.

Шагом марш (под музыку)

Воспитатель следит за осанкой (спинку выпрямили, носики подняли, смотрим в затылок друг другу, близко не подходим)

Ходьба на носочках

Давайте посмотрим далеко ли до зоопарка? (правая рука под козырек, левая рука на поясе, ноги прямые)

Ходьба на пятках

Дождь пошел, чтобы не намочить ноги пойдём на пятках, зонты открыли, носики вверх, спина прямая, равнение держим

Ходьба приставным шагом - приставляем пятку одной ноги к носку другой,

идем по узкой тропинке

Ходьба на внешней стопе (спинка ровная, соблюдаем дистанцию)

Ходьба с высоким подниманием ноги, согнутой в коленях

Ходьба гусиным шагом

Бегом марш к зоопарку (глазки в пол не опускаем, смотрим вперед)

Бег по кругу, приставным шагом правым, приставным шагом левым.

Шагом марш

Упражнение на дыхание

Воспитатель:

Наконец то, мы с вами добрались до зоопарка, а в зоопарке как вы знаете живёт много зверей. Мы сейчас сделаем звериную аэробику.

Звериная аэробика (ОРУ) – под музыку.

Построение в две колонны.

Обратить внимание на осанку.

1. «Идём по зоопарку».

И.п. – о.с. руки на поясе

Переступающий шаг с пятки на носок, руки на поясе

2. «Медведь чешет спинку об дерево».

И.п. – о.с. руки опущены вниз

Попеременно поднимать и опускать правое и левое плечо, затем одновременно два плеча (по 4 раза)

3. «Обезьяна срывает бананы с ветки».

И.п. – руки опущены вниз, ноги на ширине плеч

Поднять правую руку через стороны вверх, затем левую. Опустить правую руку, вперёд и вниз, затем левую.

4. «Большой пятнистый жираф покачивает своей длинной шеей».

И.п. – ноги на ширине плеч, руки вверху в замке. Наклоны в стороны (8 раз)

5. «Страус с длинной шеей спрятал свою голову в песок».

И.п. – ноги на ширине плеч, руки вверху в замке. Наклоны вперёд, коснуться руками пола, ноги не сгибать.(8раз)

6. « Хищная пантера потягивается на солнышке».

И.п. - Сидя на пятках, грудь касается колен, руки вытянуты вперёд, лежат на полу. Не отрывая рук от пола, выпрямить ноги, лечь на живот, руки прямые.(8раз)

7. « Хитрая лиса»

И.п. – сидя на полу ноги согнуты в коленях, наклоны ног вправо, влево(8 раз)

8. «На полянке пушистый зайка прыгает от кустика к кусту».

Прыжки на двух ногах из стороны в сторону.

Молодцы, закончили звериную аэробику.

ОВД

Дети продолжают свой путь по зоопарку, они подходят к клетке с обезьянками. Идет выполнение основных видов движений:

1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (обезьянка ползёт по дереву).

2. Бросание и ловля мяча двумя руками (обезьянка ловит кокос).

3. Ходьба по канату, руки на поясе (обезьянка ходит по лиане).

Воспитатель:

Ребята, нам на пути встретились обезьянки.

Просмотр презентации про обезьян.

А сейчас мы с вами выполним упражнения, похожие на обезьяни.

Раскладываем оборудование (1 гимнастическую скамейку, корзина с мячами, 2 обруча, канат)

Задание:

Проползти по скамейке (показывает ребенок), перепрыгнуть с "ветки на ветку"(через обручи),подойти к корзине двумя руками подбросить мяч и поймать, назад вернуться приставным шагом, руки на поясе - по канату

Воспитатель обращает внимание, что делать упражнение нужно качественно.

Убираем все пособия и строимся в колонну.

Подвижная игра «Ловишки»

Воспитатель:

Теперь мы поиграем в игру. Представьте, что я ваша мама-обезьяна, а вы мои детки-обезьянки. Представили? Посмотрите на экран(раздать деткам хвостики).

Под музыку начинаем играть.

Упражнение на дыхание

Вдох носиком, руки вверх ; выдох- руки вниз(3-4 раза).

Релаксация

Упражнение “Лентяи”

(Дети ложатся на ковёр, устраиваются поудобнее. Руки вытянуты вдоль туловища, расслаблены. Ноги прямые, не скрещенные. Играет тихая спокойная музыка)

Сегодня мои дети много занимались, играли и наверное устали. Я предлагаю вам немного полениться. Представьте себе, что вы - лентяи и нежитесь на мягком, мягком ковре, глазки закрыть. Вокруг тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно. Ощущение приятного покоя и отдыха охватывает всё ваше тело. Вы спокойно отдыхаете, вы ленитесь. Отдыхают ваши руки, отдыхают ваши ноги ... (пауза – поглаживание детей). Ваше дыхание совершенно спокойно. Ваши руки, ноги, всё тело расслаблено. Чувство приятного покоя наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы ленитесь. Приятная лень разливается по всем телу. Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит вам силы и хорошее настроение. Потянитесь, сбросьте с себя лень и на счёт «три» откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение.

Воспитатель:

Наше путешествие не закончилось, и мы с вами попали в террариум к змеям

Презентация про змей.

Воспитатель:

Змеи какие? (Они очень гибкие красивые и грациозные).

Дети под звуки восточной мелодии выполняют стретчинговые движения и элементы восточных танцев на ковриках.

Стретчинговые упражнения с элементами восточных танцев (под музыку)

1. Сидя, ноги вместе, наклоны вперёд к носкам.
 2. Сидя, ноги врозь, наклоны вперёд, к правой ноге, к левой ноге.
 - 3.«Маленькая бабочка».
Сидя, стопы соединить, развести колени в стороны как можно шире.
 4. «Большая бабочка».
Лёжа, ноги вверх, развести прямые ноги в стороны как можно шире, помогая руками.
 - 5.«Наклоны в стороны».
Сидя «по-турецки», наклониться в правую сторону, левая рука над головой, правая рука сбоку в упоре, то же в другую сторону.
 - 6.«Выгляни в окошко».
Сидя «по-турецки», сделать круглое «окошечко» с помощью рук.
Движение головой вперёд-назад.
 - 7.«Коснись ухом руки».
И.п. – то же. Движение головой вправо, влево.
 - 8.«Цветок тянется к солнцу».
Сидя «по-турецки», ладони соединить на уровне лица. Медленно поднимать руки вверх и развести согнутыми в стороны так, чтобы локти смотрели вниз, а ладони вверх.
 - 9.«Стрела». Сидя «по-турецки», руки вверх, ладонь одной руки лежит на тыльной стороне другой руки, потянуться вверх.
- Вот и закончилось наше путешествие по зоопарку!

Строимся

Ходьба по кругу, упражнения на дыхание

Итог занятия – оценка работы детей.

Где вы сегодня путешествовали?

Куда бы вы хотели отправиться в следующий раз?

Вот и окончилось наше путешествие. Нам понравилось путешествовать с вами, было очень интересно и весело. Вы сегодня были умными, быстрыми, ловкими, дружными. А теперь пришла пора прощаться и отправляться в группу.