

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида №55 «Северяночка»

Конспект НОД по физическому развитию в подготовительной к школе группе
с использованием ИКТ

«Помощь жителям Здоровейка»

Воспитатель: Архитова

Анастасия Николаевна

Февраль, 2019 год.

Цель: разностороннее развитие детей средствами физической культуры.

Задачи:

Обучающие: совершенствовать различные виды ходьбы и бега с согласованными движениями рук и ног; закреплять у детей умение ходить с предметом на голове, сохраняя равновесие; умение ходить по узкой рейке гимнастической скамейки; упражнять в прыжках в высоту через дугу; совершенствовать умение прыгать на одной ноге.

Развивающие: способствовать развитию быстроты, ловкости, выносливости, укреплять свод стопы упражнениями для профилактики плоскостопия.

Воспитательные: формировать навыки здорового образа жизни, воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями; воспитывать доброжелательное отношение в игре, четкое соблюдение правил игры и техники безопасности.

Пособия: мячи малые на подгруппу детей, 2 корзины большие, дуги 3 шт., 2 корзины малые и мешочки на подгруппу детей, фишки 3 шт., скамейка, презентация и музыкальное сопровождение, дорожка для массажа стоп, коврики,

Ход занятия.

I. Вводная часть.

Воспитатель: Равняйся! Смирно! Ребята сегодня у нас на занятии гости давайте поздороваемся с ними.

Дети: здравствуйте.

Воспитатель: К нам в детский сад пришло письмо. Хотите узнать, кто прислал вам его?

(На слайде картинка – письмо)

Дети: Да!

По гиперссылке появляется письмо.

Мойдодыр «Здравствуйте дети! Срочно, спешите и мне помогите! В моем городе случилась беда! Жители забыли совсем о здоровье, посмотрите! В путь дорогу собирайтесь! В город Здоровейка отправляйтесь».

Воспитатель: Мы с вами много говорили о здоровье, занимались физкультурой, играли в игры, каждый день делали зарядку. Пришло время показать наши умения. Вы готовы помочь Мойдодыру навести порядок и напомнить жителям, что нужно делать, чтобы быть здоровыми?

Дети: Готовы!

Воспитатель: Тогда вперед!

На право! За направляющим, в колонне по одному, в обход на лево, шагом марш!

1. Обычная ходьба в колонне по одному.
2. Ходьба на носках, руки вверх.
3. На пятках, руки за голову.
4. Перекатыванием с пятки на носок.
5. Легкий бег.
5. Бег – Приставным шагом правым и левым боком.
6. Ходьба с выполнением задания на восстановление дыхания.
7. Ходьба враспынную.
8. Бег змейкой.

9. ходьба с выполнением задания на восстановление дыхания.

Перестроение через середину в 3 колонны для выполнения ОРУ.

Воспитатель: «Вот мы и пришли в город Здоровейка».

Воспитатель: Давайте сделаем остановку. Скажите, чтобы быть здоровым, что нужно делать?

Дети: зарядку.

Воспитатель: предлагаю начать нашу помощь и напомнить жителям города Здоровейка, как важно выполнять упражнения.

II Основная часть.

ОРУ с палкой «Веселая зарядка»

1. И. п. – основная стойка, палка на грудь, хватом сверху. 1 – палка вверх; 2 – палка за голову, на плечи; 3 – палка вверх; 4 – исходное положение (6 раз).

2. И.п.: стоя, ноги вместе, палка в опущенных руках. 1 – шаг правой ногой в сторону, палку на грудь; 2 – ногу вернуть в и.п., руки с силой поднять вверх; 3 – шаг левой ногой в сторону, палку на грудь; 4 – и.п. (6 раз)

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, палка внизу. 1 – палка вверх; 2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться, палка вверх; 4 – исходное положение (6-8 раз).

4. И.п.: стоя, пятки вместе, носки врозь, палка за спиной, руки на животе. 1 – поворот вправо; 2 – и.п.; 3 – поворот влево; 4 – и.п.

5. И.п. – стоя, ноги шире плеч, палка в опущенных руках. 1 – руки вверх; 2 – нагнуться, достать палкой до пола; 3 – руки вверх; 4 - и.п.

6. И. п. – основная стойка, палка вниз. 1 – присесть, палка вперед; 2 – исходное положение (6 раз).

7. И. п. – основная стойка, палка на полу. Прыжки вокруг палки в обе стороны (2-3 раза). В промежутке между прыжками ходьба.

Дыхательное упражнение.

Основные виды движений.

Воспитатель: посмотрите-ка, Мойдодыр в конверте еще оставил карточки, он просит нас выполнить задания. Но выполнять вы будете своими командами.

Давайте каждая команда возьмет себе по карточке. (микроб, витамины, физические упражнения)

Воспитатель: Почему здесь показаны витамины? Нужно ли бороться с микробами? Зачем физические упражнения?

Дети: высказывают свои предположения.

Воспитатель:

1 команда. «Попади в микроб».

Нужно, сразится с коварными микробами.

Дети по очереди берут мешочек, кладут его на голову, проходят по скамейке, спускаются шагом, бросают мешочки с песком в корзину (2 корзины под мешочки, на которых изображены микробы).

2 команда. «Витамины».

Чтобы быть здоровым, нужно правильно питаться и употреблять витамины. Предлагаю вам помочь наполнить коробку витаминами. Дети по очереди преодолевая полосу препятствия переносят малые мячи в коробку. (лазанье пол дугу прямо, перешагивая, боком).

3 команда «Физические упражнения»

Полоса препятствий: массажные коврики, прыжки – подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед (от фишки до фишки меняем ногу).

Каждое задание выполняется командами параллельно, по сигналу воспитателя. Команды меняются местами по часовой стрелке. (1 минута на выполнение каждого задания).

Подвижная игра «Фигуры-виды спорта».

Воспитатель: А теперь пришла пора поиграть нам детвора. Чтоб здоровым быть со спортом нужно дружить. А играя, можно заниматься спортом?

Дети: Да!

Воспитатель: Давайте покажем, какие виды спорта бывают. Пока звучит музыка вы делаете подскоки в любом направлении, как только музыка заканчивается вам нужно изобразить фигуру, которая показана на карточке. (2

раза). *Усложнение игры. Девочки для вас розовые карточки, а для мальчиков голубые.*

Воспитатель: Молодцы!

III часть. Заключительная.

Малоподвижная игра «Полезные слова»

Дети стоят по кругу и, передавая мяч в любом направлении, называют. Что полезно для здоровья, например, Саша говорит: «Витамины» и передает мяч Кате, та говорит: «овощи» и передает мяч Кристине «зарядка» и т. д.

Мойдодыр: «Какие вы молодцы! Вы напомнили всем жителям города Здоровейка. Что нужно быть ловкими и сильными. А теперь пора прощаться... Вам желаю закаляться. Солнце, воздух, спорт, вода...»

Дети: ...наши лучшие друзья.

Воспитатель: Пора возвращаться обратно. Ходьба в колонне по одному.

Презентация

Слайд 1



Слайд 3



Слайд 5



Слайд 7



Слайд 9



Слайд 2



Слайд 4



Слайд 6



Слайд 8



Слайд 10

