

Конспект организованной образовательной деятельности по физическому развитию в подготовительной группе «В поисках Немо»

Задачи:

1. Совершенствовать навыки детей в ползании по гимнастической скамейке; в прыжках; в упражнении в равновесии.
2. Способствовать развитию двигательного творчества, формированию правильной осанки.
3. Укреплять организм детей, используя комплекс здоровьесберегающих технологий.
4. Развивать быстроту, ловкость.
5. Воспитывать взаимовыручку и взаимопомощь, целеустремленность.

Оборудование: степы по количеству детей; мешочки к подвижной игре; гимнастические скамейки (h=20 см) – 2 шт; обручи большие; магнитофон; декорации.

Место проведения: физкультурный зал, оформленный под дно моря;

Способ организации: фронтальный, поточный.

Логика образовательной деятельности:

| Содержание занятия | Дозировка, темп | Организационно - методические указания | Примечания |
|--|--------------------|--|--|
| Вводная часть – 6 минут | | | |
| Дети заходят в зал и встают полукругом вокруг воспитателя | | Физ.инструктор здоровается с детьми, обращая их внимание на звучащую музыку. Спрашивает на что похожа музыка (ответы детей), предлагает закрыть глаза и представить себя на берегу моря. | Понарастающей звучит музыка, приближенная к шуму моря. |
| Психогимнастика «Ракушка» | 30 сек. | Физ.инструктор предлагает детям разойтись по «берегу моря», найти красивые ракушки и послушать их, подставляя к уху. Дети имитируют сбор ракушек, физ.инструктор ходит между детьми, имитируя сбор ракушек. обращается к детям: «Послушайте, ребята!» Звучит запись диалога героев мультфильма «В поисках Немо»: - Они забрали моего сына. Его зовут Немо. - Всё будет хорошо. Привет, меня зовут Дорри. - Нет, они забрали его. А вы не видели лодку? Я должен найти лодку. - Лодку? Белую лодку. - Вы видели её? - Да, плывите за мной. «Ребята, что же делать? В океане много опасностей для маленькой рыбки клоун. (дети предлагают отправиться в путь, берут с собой ракушку)» | Психогимнастика проводится под музыку. |
| Построение в полукруг. Выполнение комплекса точечного массажа и упражнений на дыхание | 30 сек. | По команде физ.инструктора дети встают в круг, плечом к плечу. Под слова физ.инструктора имитируют «движения волн», раскачиваясь вперёд, плавно поднимают-опускают руки: Море волнуется! Передо мной Бьется о берег волна за волной. | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | <p>Эта волна – не очень сильна, А эта волна – сильнее слона.</p> <p>Вперед рука, назад рука. Разогрели их слегка. Быстро поменяли руки! Нам сегодня не до скуки. (соединить ладони вместе и потереть ими до нагрева) Подплывёт ко мне волна, И окатит меня! (слегка подергать кончик носа) Я волны не боюсь, С ней я крепко подружусь! (указательным пальцем массировать точку под носом) А волна сильней-сильней! (указательными пальцами нажимать точки у рта в местах соединения губ) Ну-ка, ушки разогрей! (растирать за ушами: “примазывать уши, чтобы не отклеились) Накатила нас волна Вглубь морскую унесла! (вдох, на выдохе слегка постукивать по ноздрям со звуком “м-м-м” - приседают).</p> <p>Посмотрите, перед нами открылся удивительно красивый подводный мир. Нам надо найти Марвина и Дорри. В путь?</p> | |
| Ходьба в колонне | 1 круг | <p>Раскрылся под водой Парк прекрасный, лес густой. Мы по парку пойдём И героев наших найдём</p> | Ходьба и бег проводятся под аккомпонимент пианино. |
| Ходьба имитационная: - «рыбки» | ½ круга | Блещут в море чистотой Спинкой серебристой | |
| - «крабики» | ½ круга | Ползёт в море паук – Восемь ног, пара рук. В руках клещи, В глазах испуг | |
| - «осьминог» | ½ круга | Ты со мною не знаком? Я живу на дне морском Голова и восемь ног Вот и весь я – (осьминог) | |
| Бег: - обычный - приставным шагом - с захлестом | 2 мин. 45 сек. 40 сек. 25 сек. | <p>Физ.инструктор даёт команду к бегу. Под водою быстро мчится, Над волной парит. Как птица. Житель тёплых он морей, Верный спутник кораблей. (дельфин) Во время выполнения видов бега обращает внимание на положение</p> | |

| | | | |
|--|---------|--|--|
| | | туловища и рук, на правильность дыхания. Даёт качественную характеристику детям. | |
| Перестроение в колонну «Тропинка» | 1 круг | Физ.инструктор обращает внимание детей на узкую подводную тропинку, которая может привести к школе в которой учился Немо с друзьями. Дети кладут руки на плечи впереди стоящего, слегка приседают, наклоня голову чуть-чуть вниз и идут друг за другом. По команде дети возвращаются в исходное положение. | |
| Основная часть – 23 минуты | | | |
| Перестроение из 1 в 2 колонны | 30 сек. | Дети по команде перестраиваются в движении в 2 колонны, по ходу движения берут стёпы. | |
| Упражнения на стёпах | 5 мин. | | |
| Перестроение в колонну | 30 сек. | Мы отправляемся дальше. А где же Марвин и Дорри? Узнаем это у волшебной ракушки: - А вы знаете как добраться в Сидней? - В Сидней надо следовать за ВАТ, Восточно - Австралийским течением. И еще один совет: когда вы подплывёте к двум скалам нужно проплыть между ними, а не вокруг. Ребята, наши герои подплывают к скалам. Нам надо поторопиться. | |
| Стрейч гимнастика на стёпах | 3 мин. | - А вот и скалы: мы плывём между ними. - Нет, вокруг Физинструктор: По волнам гуляет зонтик Если встретите – не троньте! Вот так чудо! Вот так диво! Зонтик жжётся, как крапива | |
| Перестроение в колонну | 30 сек. | | |
| О.В.Д.: 1. прыжки разных видов по стёпам; 2. сидя на гимнастической скамейке, продвигаться не помогая руками; 3. оббежать вокруг обруча; 4. выпрыгивание вверх | 2 раза | - Чтобы пройти медуз, нужно перебраться сквозь скал не шагом и не бегом - Сесть на черепах и двигаться, не помогая себе руками. - Проплыть водоворот - Выпрыгнуть вверх | |
| Подвижная игра «Осьминоги и мурена» | 3 раза | Дети «осьминоги» стоя на четвереньках на одной стороне зала. На спину детей положены мешочки с песком массой 700гр. В стороне стоит «мурена» - трое детей держат друг друга за пояс. По сигналу «Осьминоги на прогулку» дети начинают ползать по залу. «Мурена» сидит в норке. После слов физ.инструктора «мурена», «мурена» | |

| | | | |
|---------------------------------|--------|--|--|
| | | начинает двигаться, пытаясь забрать со спины детей мешочки (может брать мешочки только первый ребёнок). Дети, у которых взяли мешочек, превращаются в водоросли и принимают основную стойку, не двигаясь. Ребёнок, если у него упал мешочек, сам превращается в водоросль. | |
| Игра м/п «Волшебная ракушка» | 1 раз | | |
| Заключительная часть – 2 минуты | | | |
| Упражнение «Нагоним волны» | 3 раза | Физ.инструктор обращает внимание детей на то, что Немо спасен и нужно возвращаться на берег, выполнив упражнение – набрать много воздуха, плавно наклониться вперед-вниз, легко постукивать кулачками по щекам и выдыхать воздух небольшими порциями. | |
| Релаксация | | Дети делают круг на «тёплом песке». Под музыку физ.инструктор проводит релаксацию. | |

Конспект составил руководитель СПДС Гриднева Л.А.