Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

центр развития ребёнка - детский сад № 17 пос. Красносельского

муниципального образования Гулькевичский район

***Конспект образовательной деятельности по реализации образовательной области***

***« Физическое развитие» в подготовительной к школе группе с использованием здоровьесберегающих технологий***

***« Путешествие в страну Неболейка»***

Инструктор по физической культуре

Коваленко С.В.

**Цель: формирование у детей потребности к здоровому образу жизни.**

**Оздоровительные:**

-формировать у детей интерес к занятиям физкультурой;

- развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту, слуховое внимание, чувство ритма при выполнении физических упражнений;

- способствовать формированию правильной осанки.

**Образовательные:**

-расширять знания о здоровье;

-упражнять в равновесии при ходьбе с перешагиванием через набивные мячи; в лазании под дугу прямо и боком; в прыжках используя энергичный взмах рук;

- совершенствовать знания о различных видах спорта, учить классифицировать зимние и летние виды спорта;

**Воспитательные:**

-воспитывать умение договариваться, распределять действия при сотрудничестве;

- воспитывать инициативность и самостоятельность в речевом общении;

**Интеграция образовательных областей:** физическое развитие, социально- коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно- эстетическое развитие.

***Методы и приемы.*** Создание проблемных ситуаций; активизирующие вопросы педагога; игры.

**Оборудование:**Цветок здоровья, табличка с надписями, гимнастические палки, маска Вируса, дуги, гимнастическая скамейка, набивные мячи, кегли, фонограммы песен « Песня о весёлом ветре», « Весёлая кукуруза».

**Прогнозируемый результат.** Дети получили представление о том, что занятия физкультурой помогают сохранять и укреплять здоровье. В процессе занятия правильно выполняли все виды основных движений (ходьба, бег), физические упражнения из разных исходных положений чётко ритмично , в заданном темпе , под музыку , по словесной инструкции, умеют соблюдать интервалы во время передвижения , следят за правильной осанкой, использовали энергичный взмах рук во время выполнения прыжков; развились физические качества: сила, ловкость, быстрота, слуховое внимание. Дети решили все проблемные ситуации, договаривались и распределяли действия при сотрудничестве.

**Вводная часть**

Инструктор. Здравствуйте ребята! Я очень рада нашей встрече! Скажите , что важнее всего для человека? Ответы детей.

Инструктор. Правильно - здоровье. А можно купить здоровье в магазине?

Инструктор. Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Ответы детей.

Инструктор. Говорят, есть на свете цветок здоровья. Кто найдет его и понюхает, прибавит себе здоровья! Я очень хочу это сделать, чтобы прибавить себе здоровья! А вы хотите? Ответы детей.

Значит, пойдем искать цветок здоровья! А растет он на острове « Здоровейка». Путь к нему непростой, но очень интересный! А чтобы мы смогли справиться со всеми испытаниями, какие качества нужно взять с собой в дорогу? Ответы детей.

А еще мы с вами должны быть дружными: в пути всякое может случиться, и нужно друг другу помогать, чтобы все дошли до острова Здоровейка! А чтобы наши ноги прошли этот путь и не устали, что нам следует для начала сделать? Ответы детей.

*Проводится комплекс упражнений в ходьбе и упражнения для профилактики плоскостопия.*

Инструктор. Ну, вот мы и провели разминку. Как вы себя сейчас чувствуете? К путешествию готовы?Ответы детей.

Инструктор. Тогда в путь! ой смотрите здесь какая-то табличка с надписями.

«Налево пойдешь – в сонное царство попадешь,

Направо пойдешь – гору сладостей найдешь,

Прямо пойдешь – здоровье найдешь».

Какую дорогу вы выбираете? А может быть, ляжете спать или конфетами себя побалуете? Почему нет? Тогда пойдем куда?

Дети. Прямо!

Инструктор (загадочно) . Кто-то преградил нам путь.А что это лежит у нас на дороге?

Дети. Гимнастические палки!

Инструктор. Как вы думаете, гимнастические палки могут прибавить нам силы на пути к цветку здоровья? Как?

Дети. С ними можно выполнять упражнения, и наши ноги и руки станут сильнее.

Инструктор. А чтобы было удобно выполнять упражнения с палкой, как нужно встать?

Дети. Свободно, чтобы не задевать друг друга.

**Основная часть**

ОРУ с гимнастической палкой.

*Фонетическая зарядка « Физкультурники».*

Дети должны сделать глубокий вдох носом. На длительном выдохе произносят:

« УРА-А-А-А!»( упражнение повторить 2-3 раза)

*Под музыкальное сопровождении дети выполняют ОРУ.*

1. И.п. – о.с., палка внизу, хват сверху. 1- палка вперед; 2- палка вверх; 3- палка вперед; 4- и.п.
2. И.п. – ноги на ширине плеч, палка внизу.1- палка вверх; 2-наклон вправо (влево); 3- выпрямиться, палка вверх; 4-и.п.
3. И.п.- о.с., палка внизу, хват сверху.1- палка вверх, шаг правой ногой назад; 2-и.п.; 3- палка вверх, шаг левой ногой назад; 4-и.п.
4. И.п.- о.с., палка вниз.1- присесть, палка вперед; 2-и.п. (6 раз).
5. И.п.- о.с.,- сидя ноги врозь, палка в согнутых руках.1- палка вверх; 2-наклон вперед, коснуться палкой носков ног; 3- выпрямиться, палка вверх; 4-и.п. (8 раз).
6. И.п.- о.с. 1- прыжком ноги врозь, палка вверх; 2- прыжком в и.п. ( на счет 1-8 повторить 3 раза).

*После выполнения комплекса инструктор предлагает детям придумать и показать своё упражнение.*

Инструктор. Как вы себя чувствуете? Помогли вам гимнастические палки прибавить силы? Ответы детей.

Инструктор. Оставим их для других детей, которые захотят добраться до острова Здоровейка, а нам пора идти дальше. Уф, мы с вами уже больше половины пути преодолели. Я чувствую, что скоро мы доберемся до места.

Нам нужно преодолеть ещё одно препятствие - тропу здоровья.

Кто её выложит и пройдет, тот в страну Неболейка попадет! Как же нам быстро выложить полосу и сделать так, чтобы все приняли в этом участие? Ведь кто не поучаствует в этом деле, не дойдет до страны Неболейка!

Дети. Распределить обязанности!

Инструктор. Полоса препятствия состоит из трёх ОВД – прыжков, лазания, равновесия. Значит надо разделиться на сколько групп.

Дети. Три.

*Дети с инструктором распределяют обязанности, затем разносят оборудование на места.*

Инструктор. Готовы? Тогда начнем!

**Основные виды движений.**

1. РАВНОВЕСИЕ - ходьба с перешагиванием черезнабивные мячи, попеременно правой и левой ногой ,руки за голову( 2-3 раза) .
2. ЛАЗАНИЕ- лазание под дугу прямо и боком.( 3 раза)
3. ПРЫЖКИ - прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге, используя энергичный взмах рук. (2 раза)

*Инструктор оценивает прохождение полосы препятствия, хвалит детей. Предлагает детям произнести фразу « Вот, я какой!».*

Инструктор. Молодцы! Волшебный цветок здоровья совсем близко.

*Инструктор одевает ребёнку маску Вируса.*

*Проводится игра « Вирус».по типу игры « Ловишка»). « Вирус «догоняет детей, пойманные отвечают , как они будут лечиться от простуды и кашля).*

Инструктор. Смотрите, в стране Неболейка цветок здоровья распустился. Понюхайте его. Чем пахнет цветок здоровья?

Дети. Чесноком.

Инструктор. А почему, как вы думаете, цветок здоровья пахнет чесноком?

Дети. Запах чеснока отпугивает всех микробов.

Инструктор. Жители страны Неболейка дарят вам цветок и желают здоровья! Отнесите его в группу и ни один микроб к вам даже не приблизится.

**Заключительная часть**

*Игра « Что нужно делать ,чтобы быть здоровым?*

Инструктор. Ребята, если вы считаете, что это нужно делать, чтобы быть здоровым, то хлопайте в ладоши, а если это нельзя делать, то топайте ногами.

1.Делать зарядку?

2.Есть чипсы и жевачку?

3.Чистить зубы?

4.Пить колу и фанту?

5.Грустить, унывать?

6.Пить соки?

7.Соблюдать чистоту?

8.Есть много сладкого?

9.Мало двигаться?

10.Одеваться по погоде?

11.Занимаетесь спортом?

12Больше быть на свежем воздухе?

13.Есть снег, и сосать сосульки?

**Итог занятия.**

Как думаете, наше путешествие было успешным? Мы достигли нашей цели?

Дети. Да! Мы дошли до цветка здоровья и понюхали его!

Инструктор. Здоровья у вас прибавилось?

Дети. Да!

Инструктор. А что по пути в страну Неболейка помогло вам прибавить здоровья?

Дети. Упражнения, гимнастические палки, прохождение полосы препятствий, игра, цветок здоровья.

Инструктор. Верно! А какие качества вам помогли пройти до страны Неболейка?

Дети. Смелость, ловкость, сила и т.д.

Инструктор. А сейчас нам пора возвращаться в детский сад.

*Ходьба в колонне по одному с проговариванием фразы:«С физкультурой мы дружны, на болезни не страшны!».*

Литература:

1. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.-112с.
2. Журнал « Дошкольное воспитание», № 4/2014.