

Конспект образовательной деятельности по физическому развитию «Помогаторы Здоровья»

Тип занятия: усвоение новых двигательных умений и навыков в различных видах двигательной активности.

Методы и приёмы:

1 Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);

2. Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- образный сюжетный рассказ,
- словесная инструкция;

Педагогические технологии:

- игровые технологии;
- здоровьесберегающие технологии;

Формы организации детей: индивидуальная, фронтальная,

Цель занятия: Формирование двигательных умений и навыков в различных видах двигательной активности.

Задачи:

Воспитательные:

Воспитывать интерес к физической культуре, желание заниматься.

Воспитывать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Образовательные:

Продолжать формировать знания о ЗОЖ;

Обучать детей уверенно и активно выполнять основные движения.

Закреплять навык броска мяча вверх, и ловля его двумя руками.

Упражнять в прыжках через предметы, продвигаясь вперед, в ползании на четвереньках.

Развивающие:

Развивать координацию движений во время ходьбы и бега и выполнения основных движений.

Развивать ловкость в упражнениях с мячом, в прыжках.

Развивать двигательную активность.

Планируемые результаты (целевые ориентиры):

- Ребенок физически развивается, его двигательный опыт обогащается (объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений).

- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, ловкость. В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и двигательную активность, эмоциональную отзывчивость. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

Оборудование:

для педагога: ноутбук, мешочек с угощением.

для детей: коробка с браслетами, мячи 10 шт., кольца малое 10 шт., туннель, карточки с заданиями, 4 рюкзака.

Организационный момент (вводная часть 2-3 мин.).

Под музыку дети входят в зал и встают в шеренгу

Инструктор: Ребята, скажите мне, что такое Помогаторы? **(ответы детей).**

Инструктор: Правильно, Помогаторы- это помощники Фиксиков. А какие же у них были Помогаторы? **(ответы детей).**

Инструктор: Все верно, молоточки, дрель, пассатижи, отвертки – все это помощники Фиксиков, и находились они в специальных рюкзачках за спиной. А не хотите ли вы превратиться в Фиксиков? **(ответы детей)**

Инструктор: Только в нашем рюкзачке будут совсем другие Помогаторы, те, которые помогут нам стать сильными и здоровыми. Вы же хотите быть сильным и здоровым, правда? **(ответы детей)**

Инструктор: Тогда начинаем превращения, скажем волшебные слова:
Раз, два, три, повернись.

В Фиксика ты превратись!

А чтобы быть настоящими Фиксиками нужно приклеить наклейки.

Музыкальный фон превращения и дети приклеивают наклейки на футболку.

Инструктор: Ого, кажется у нас получилось!!! Поглядите, ручки – есть, ножки есть, и даже есть волшебный рюкзачок.

Воспитатель показывает на голову.

Глядите, какой хорошенький – погладьте его скорей! *Дети гладят себя по голове*

Инструктор: Но вот только огорченье - у нас нет волшебной кнопочки, при помощи которой можно применять Помогаторы. А кнопочки - то бывают разные, пойдете нашу кнопочку искать:

Под музыку дети выполняют ходьбу и бег по залу:

- «большие при большие» – ходьба по залу на носках;
- «маленькие» – ходьба в приседе;
- «бывают широкие» – руки на поясе, ходьба широким шагом;
- «а бывают и узкие» – руки за спину, ходьба узкими шагами;
- «круглые» - руки к плечам, ходьба на внешней стороне стопы»
- «бывают кнопочки, которые очень быстро нажимаются» – бег друг за другом;

-а теперь вы по залу походите, наши кнопочки найдите.

Дети выполняют ходьбу враспынную по залу.

Инструктор: Ой, ребята сюда, я вроде кнопочки нашла! Поскорее по одной берите, и одевайте ее на правую руку. Готовы? Тогда в одну шеренгу становись. На право, в две колонны через середину зала, марш. Остановка рядом с мячами.

П.ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ – (15 минут)

Инструктор: Ну что у всех кнопочки на месте? Тогда большой и умный Фиксик (*инструктор обращается к себе*) предлагает вам испытать Помогаторы:

- 1 –ый Помогатор Здоровья – это утренняя зарядка.

Инструктор предлагает ребенку открыть синий рюкзак, появляется шарик с картинкой зарядки.

Инструктор: На кнопочку нажимаем

Дети нажимают, звучит звук кнопки и делают зарядку.

Общеразвивающие упражнения с мячом

«Ловкий мяч»

1.И.п. – о.с., мяч вниз. 1- руки с мячом вперед; 2- вверх; 3- вперед; 4-и.п. (6 раз).

«Качели»

2.И.п.стойка ноги на ширине плеч, мяч вниз. 1- мяч вверх; 2-наклон вправо (влево); 3- выпрямиться; 4- и.п. (8 раз).

«Подъемный кран»

4.И.п.-о.с., руки с мячом опущены вниз. 1- присесть, вытянуть руки с мячом вперед, колени развести в стороны, спина прямая; 2- И.п.(6 раз).

«Не зевай, меня поймай»

5. И.п.- сидя на коленях и на пятках, мяч на полу перед ребенком. 1-4- прокатить мяч вокруг туловища вправо (влево), перебирая его руками. (3-4 раза)

«Прыгуны»

7.И.п.- о.с., руки на пояс, мяч на полу. Прыжки вокруг мяча вправо, затем влево. В чередовании с ходьбой. (10-12 раз)

Инструктор: Молодцы ребята, а сейчас, **2 – ой Помогатор Здоровья– это разные движения.**

Инструктор предлагается детям открыть розовый рюкзак, появляется шарик с картинкой разных движений.

Нам надо проверить, как работают Помогаторы нажимаем на кнопку (*Звучит звук кнопки*) и выполняем:

Первое движение -броски мяча вверх, и ловля его двумя руками);

Инструктор следит за положением рук и ног при броске; руки согнуты в локтях, мяч ловить кистями рук, не прижимая к груди. Дети под музыку выполняют задание.

Второе движение –прыжки на двух ногах с мячом в руках с продвижением вперед.

Инструктор следит за выполнением движений. Дети выполняют движения под музыку.

Третье движение –ползание на ладонях и коленях через туннель.

Инструктор следит за выполнением движений. Дети выполняют движения под музыку в спокойном темпе, не касаться головой туннеля, соблюдать дистанцию.

Инструктор: Молодцы маленькие Фиксики, вы хорошо натренировали свои кнопочки, я уверена, что больше сбоев у вас не будет.

А нам пора познакомиться с **3 – Помогателем Здоровья:**

– это хорошее настроение. А чтобы у нас было хорошее настроение нам нужно с вами поиграть в любимую игру Фиксиков «Ловкий Фиксик».

Описание игры: Дети образуют круг и под музыку выполняют легкий бег вокруг мячей, которых должно быть на один меньше. На остановку музыки -

каждый играющий должен взять мяч и поднять его над головой. Тот кто не успел поднять мяч, считается проигравшим. Игра повторяется
Нажимаем на кнопки (*звучит звук кнопки*) и играем.

Инструктор: Молодцы, давайте похлопаем в ладоши самым ловким Фиксикам.

III ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (2 мин)

Инструктор: Ну и последний Помогатор, с которым мы сегодня подружимся — это хороший отдых.

Звучит спокойная музыка

Давайте встанем в круг и ляжем на спину, руки вдоль тела. Закроем глаза, спокойно дышим через нос. Открываем глаза подтягиваемся. Сядем по - турецки, руки сцепить в «замок», поднять вверх и еще раз подтянутся. Встать похлопать в ладоши.

А сейчас выполним массаж:

«Мы погладим лобик,

Носик и щечки.

Будем мы красивыми как в саду цветочки!

Разотрем ладошки

Сильнее, сильнее!

А теперь похлопаем

Сильнее, сильнее!

Ушки мы теперь потрем

И здоровье сбережем.

Улыбнемся снова.

Будьте все здоровы!»

Рефлексия.

Инструктор: Молодцы маленькие Фиксики вы сегодня справились со всеми заданиями, а сейчас давайте скажем волшебные слова, и снова превратимся в сильных и здоровых детей.

Раз, два, три, повернись.

И в ребенка превратись!

Инструктор: Молодцы ребята, вам понравилось сегодня играть в Фиксиков, как вы думаете, получилось ли нам пользоваться Помогателями, кто их может повторить?

(Ответы детей)

Инструктор: Помогатели, что вы назвали не простые, они помогают вырасти сильными и здоровыми. Ребята вы мне очень понравились, вы так сегодня старались и у меня для вас есть еще один мешочек, но чтобы узнать там лежит вам нужно отгадать загадку:

С оранжевой кожей, на мячик похожий, но в центре не пусто, а сочно и вкусно. (Мандарин)

Инструктор угощает детей фруктами!

