

**Конспект занятия по физкультуре
старший дошкольный возраст
по ОТСМ-ТРИЗ**

Тема: «Север в гости нас приглашает»

Задачи:

Обучающие:

- учить детей выполнять упражнения по схемам;
- упражнять в ползаний по гимнастической скамейке;
- закреплять умение прыгать с одной ячейки на другую.


Воспитательные:

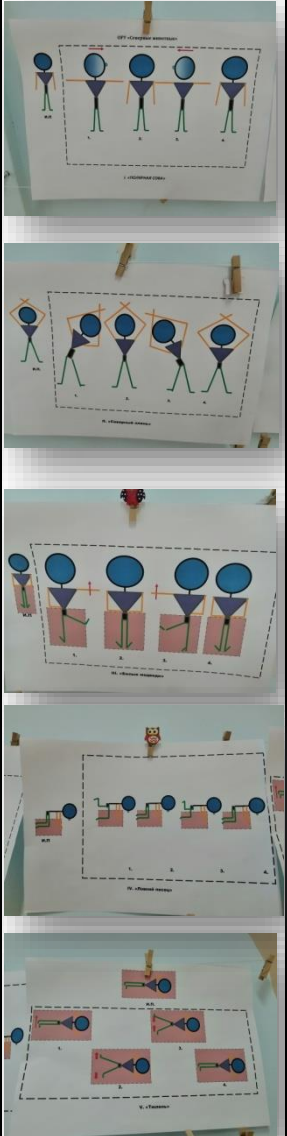
- воспитывать организованность чувство коллективизма, доброжелательно отношение к детям.
- развивать волевые качества (смелость, решительность, выдержку)

Оздоровительные:

- укреплять системы организма детей (костную, мышечную, сердечно-сосудистую), связки, суставы.

Оборудование: мольберт, карточки схемы, координационная лестница, гимнастическая скамейка, коврики.

Структурная часть занятия	Ход занятия	Дозировка: кол-во раз (время в мин)	Комментарии, методическая рекомендации
Вводная (мотивационный компонент)	<p>1. Построение, сообщение задач и темы занятия. <i>Ребята, сегодня мы с вами отправляемся в путь, но куда, вы отгадаете сами, по игре «Да Нет-ка (найди середину, убери половину)»</i> (перед детьми мольберт с 5-тью рисунками природных зон Земли)</p>  <p><i>Совершенно верно, мы отправляемся с вами на северный полюс.</i> (мольберт с основными видами движения) <i>Отправляемся в путь, нас ждут много испытаний и суровая погода на севере. Так как на крайнем севере зима долгая, затяжная.</i> <i>И первое наш путь начинается с Северного царства. Напра-во, в обход зала Шагом Марш!</i></p> <p>2. Занимательная разминка.</p> <ul style="list-style-type: none">• Ходьба обычная (<i>идем по снежной равнине</i>)• Ходьба на носочках (<i>очень холодно, тянемся на носках к солнцу</i>)• Приставным шагом (<i>преодолеваем сильные порывы ветра</i>).• Шаг с высоким подниманием бедра (<i>через сугробы</i>).• Бег обычный (<i>к северному ледовитому океану пришли, нужно пересечь океан на самолёте, руки в стороны, заводим моторы</i>).• Ходьба обычная (<i>заглушаем моторы, высаживаемся из самолёта. Мы на Севере</i>) <p>Перестроение в три колонны</p>	<p>3 мин</p> <p>2 мин 20 сек</p> <p>30 сек 20 сек 30 сек 30 сек</p> <p>20 сек</p> <p>30 сек</p>	<p>Актуализация знаний. Постановка цели занятия перед воспитанниками. Дети отгадывают игру «Да Нет-ка» задача детей отгадать Северный Полюс</p>

<p>Основная (операционно-деятельностный ком-понент)</p> 	<p>На нашем пути повстречались северные животные, давайте вместе с ними подражать их действия</p> <p>ОРУ «Северные животные» (на каждое упражнение животное, птица и карточка изображения)</p> <p>И.п. – стоя, руки опущены вдоль туловища, ноги вместе.</p> <p>1. «Полярная сова»</p> <p>1 – руки в стороны голову повернуть вправо; 2 – и.п. 3-4 – то же само только влево.</p> <p>2. «Северный олень»</p> <p>И.п. – сидя, ноги скрестно, руки скрещены над головой «рога»</p> <p>1 – наклон вперед к коленям; 2 – вернуться в и.п.; 3-4 – тоже самое.</p> <p>3. «Белые медведи»</p> <p>И.п. – сидя, ступни сомкнуты, обхватить стопы ног снаружи.</p> <p>1 – разогнуть и вытянуть в сторону правую ногу и правую руку; 2 – вернуться в и.п.; 3-4 – тоже самое с левой рукой и ногой.</p> <p>4. «Ловкий пёсец»</p> <p>И.п. – стоя на коленях и ладонях</p> <p>1 – поднять правую ногу согнутую в колене; 2 – выпрямить; 3-4 – тоже самое с левой.</p> <p>5. «Тюлень»</p> <p>И.п. – лежа на животе, ладонь на ладонь под подбородком.</p> <p>1 – поднять прямые ноги вверх; 2 – развести в разные стороны; 3 – сомкнуть вместе; 4 – вернуться в и.п.</p>	<p>5 мин</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>4 раза на каждую ногу.</p> <p>4 раз</p> <p>6 раз</p>	<p>Объяснение, показ, Способствующих решению поставленных задач, исправление неправильных поз.</p> <p>Использование метода групповой деятельности воспитанников.</p> <p>Организация совместной деятельности педагога с детьми.</p> <p>Контроль последовательности выполнения ОРУ.</p> <p>На мольберте, выставить карточки –схемы упражнения в прыжка по координационной лестнице и в ползаний по гимнастической скамейке.</p>
---	---	---	---

	<p><i>И мы отправляемся дальше искать приключения. На северном полюсе господствует зима. Моря покрыла льдами, сугробы намела. И перед нами возникла преграда, нам нужно перебраться на другой берег.</i></p> <p style="text-align: center;">ОВД «С льдины на льдину»</p> <p>По линии положили координационную лестницу, дальше поставили гимнастическую скамейку.</p> <ul style="list-style-type: none"> — Прыгать по следам зайца-беляка. (по координационной лестнице) — Проползти льдины (гимнастическая скамейка) на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки (хват рук с боков) <p style="text-align: center;">Подвижная игра «Животные севера»</p>	<p style="text-align: center;">7 мин</p> <p style="text-align: center;">5 мин</p>	<p>Основные виды движения Способ выполнения поточный Контроль правильности выполнения двигательных действий. Дети сами придумывают подвижную игру. Инструктор предлагает тему и инвентарь. Дети выбирают животных тех которые будут играть, действие и цель игры.</p>
<p>Заключительная (аналитический компонент)</p>	<p style="text-align: center;">Дыхательное упражнение «Снежинки и ветерок»</p> <p>Одна группа Снежинки встают напротив другой группы Ветерок. Ветерок дует на снежинку. Позже меняются ролями.</p> <p style="text-align: center;">Подведение итогов</p> 	<p style="text-align: center;">2 мин</p> <p style="text-align: center;">1 мин</p>	<p>Снятие усталости, расслаблению тела и мозга.</p> <p>Дети встают на построение. Дети проговаривают какие основные упражнения выполнялись на занятии. Перед группой выставляется мольберт с основными упражнениями.</p>