Муниципальное бюджетное общебразовательное учреждение

«Тат. Каргалинская СОШ»

Конспектобразовательной деятельности:

«Физическое развитие»

Тема: «**Радуга Здоровья**».

Возрастная группа: группа комбинированной направленности для детей от 6 до 7 лет № 1

Подготовил воспитатель:

Исхакова Л.Т.

 15.04.2024

с. Тат.Каргала 2024 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Организационно-методическая информация** | **Содержание** | **Примечание** |
| **1.** | **Тема образовательной деятельности**  | «Радуга Здоровья» |  |
| **2.** | **Доминирующая образовательная область** | «Физическое развитие» повышение уровня физической подготовленности детей. |  |
| **3.** | **Виды деятельности детей** | Игровая (Подвижная игра)Коммуникативная (Свободное общение по теме ОД)Музыкальная (звучит  музыка – разминка по кругу; музыка – для тренировки)Двигательная (Выполнение ОРУ; ОВД; дыхательная гимнастика; подвижная игра)Познавательная (дети знакомятся с разными способами передвижения по ограниченной поверхности) |  |
| **4.** | **Методы и приемы реализации содержания занятия** |  |
| **4.1** | **Общепедагогические методы и приемы** | Наглядные - показ способов выполнения физкультурных упражнений;Словесные- называние упражнений, объяснение, комментирование хода их выполнений, художественное слово;Практические - повторение упражнений с изменением и без, совместно-последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельно.Игровые– подвижная игра. |  |
| **4.2.** | **Интеграция образовательных областей** | Физическое развитие (выполнение специальных упражнений  под музыку; подвижная игра; игровые упражнения; дыхательная гимнастика, самомассаж), Социально – коммуникативное развитие (диалог, беседа (ответы на вопросы),  Художественно – эстетическое (слушание музыкального сопровождения), Речевое (проговаривание слов физ.минутки). |  |
| **5.** | **Возрастная группа:** | Старший дошкольный возраст (6-7 лет) |  |
| **6.** | **Цель:** | формирование осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.  |  |
|  | **Задачи:** | **Планируемый результат** |  |
| **6.1** | **Воспитательные:**- воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями;- воспитывать позитивные качества характера (умение работать в коллективе, силу воли, целеустремленность).- воспитывать стремление быть здоровым, внимательно относиться к своему организму.- воспитывать дружеские отношения и интерес к занятиям физической культуры; | Дети с удовольствием занимаются физическими упражнениями, дружно работают в коллективе, внимательно относятся к своему организму |  |
| **6.2** | **Развивающие:**- способствовать совершенствованию ловкости и координации движений при выполнении игровых упражнений и в подвижной игре в зависимости от пола и от уровня физического развития детей- развивать гибкость и эластичность позвоночника и подвижность суставов, укреплять способность мышц сокращаться, растягиваться и расслабляться- развивать коммуникативные качества, научить преодолевать барьеры в общении. | Дети развивают свои физические качества и двигательную активность, укрепляют дыхательные мышцы |  |
| **6.3** | **Образовательные:**- формировать правильную осанку при ходьбе на повышенной опоре и ходьбе по ограниченной площади опоры;- способствовать закрепление навыков выполнения ОРУ;- повторить ходьбу в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя, бег;- совершенствовать умение ходить по дорожке сохраняя равновесие,- закрепить прыжки на двух ногах черезгим. палки; | Дети идут ровно по гимнастической скамейке, держа спину ровноДети выполняют ОРУ, выполняют задания по сигналу воспитателя, прыгают на двух ногах боком через гим. палки |  |
| **7.** | **Возможные затруднения детей и способы их преодоления**  |  |
|  | **Затруднения** | **Способы преодоления** |  |
|  | Затруднения в выполнении отдельных упражнений. | Показ правильного выполнения упражнения; использование похвалы за смелость; индивидуальная работа над ошибками. |  |
| **8.** | **Организация среды для проведения занятия (образовательной деятельности)** | **Оборудование:** карта по цветам радуги, гимнастические скамейки – 2 шт., гимнастические палки – 6 шт, платочек,Программное обеспечение:  музыкальный центр. |  |
| **9** | **Подготовка к образовательной деятельности в режимные моменты** | Беседы о здоровье, разучивание физминутки, ЧХЛ Абрамцева Н.К. «Радуга» |  |
| **Ход специально организованной совместной образовательной деятельности взрослого и детей**  |  |
| **№** | **Этап** | **Содержание** |  |
| **I.** | **Вводная часть** |  |  |
| **1.1** | **Введение в тему**  | Дети  заходят в зал строятся в шеренгу.**Воспитатель**: Ребята, наступило новое утро и новый день! Давайте еще раз поздороваемся друг с другом. А знаете ли вы, что вы не просто поприветствовали друг друга, а подарили частичку здоровья, потому «Здравствуйте!» означает «желаю здоровья».– Здравствуйте! – ты скажешь человеку.– Здравствуй! – улыбнется он в ответ,И, наверно, не пойдет в аптеку,И здоровым будет много лет.К нам сегодня пришли гости. Давайте, скажем, здравствуйте нашим гостям.Дети: здравствуйте! | 1мин |
| **1.2** | **Мотивация деятельности детей** | **Воспитатель**: (Обращает внимание на картинку радуги), Здесь что-то написано. (Читают) «Радуга здоровья»**Воспитатель**: По дорожкам ты пройди, все задания выполни.На каждой дорожке кармашек с заданием.Чтобы сильным, ловким стать.Вам их надо выполнять. | 1 мин |
| **1.3** | **Целеполагание (с помощью педагога дети формулируют цель своей деятельности)** | **Воспитатель**: Ребята, что нам с вами нужно сделать? (показывает карту)**Дети**: в каждом цвете радуги приготовлены задания, нужно их выполнить**Воспитатель**: что будет, если мы выполним задания?**Дети**: станем сильными, ловкими и умелыми.**Воспитатель**: Ребята, а вы хотите быть ловкие, умелые, смелые, готовы отправиться в путешествие по дорожкам радуги и справиться со всеми заданиями? **Дети**: да | 1 мин |
| **II.** | **Основная часть:** |  |  |
| **2.1** | **Актуализация ранее приобретенных знаний** |        **1 часть.****Воспитатель**: Ну что друзья вперед - Радуга к себе зовет.Достаем из красного кармашка карточку.**Кармашек№1** Красный цвет – цвет энергии, силы и красоты.«Приучи себя к порядку, научись держать осанку!»Раскроем секрет красной дорожки? Покажем, как мы держим осанку!(под музыку «Радуга желаний) ХодьбаХодьба на носках, руки вверхХодьба на пятках, руки за головой, локти в стороныХодьба с высоким подниманием коленаБегБег с правым бокомБег с левым бокомХодьба (восстанавливаем дыхание)**2. Основная часть**Общеразвивающие упражнения**Кармашек №2.**Воспитатель: Оранжевый цвет - цвет сказки и фантазии.Давайте я расскажу вам оранжевую сказку, это двигательная сказка.Я буду рассказывать, и вместе будем показывать **физические упражнения**. Давайте подумаем, какую пользу приносят **физические упражнения**?Дети: укрепляют мышцы, закаляют организм.- дарят нам бодрое, хорошее настроение- прогоняют сон.Воспитатель: Ребята, предлагаю показать, как мы тренируем мышцы своего тела.Дети идут по кругу и выходят в две колонны.**Воспитатель**: На небе светило оранжевое солнце и светило  яркими оранжевыми лучами1.«Солнечные лучики»И.п. Встать прямо, 1- поднять руки вверх, ладони сложить, потянуться, подняться на носки2- опустить руки вниз, встать на всю ступню (4р.)**Воспитатель**: А на поляне росли оранжевые цветочки2. «Цветочки»И.п. Встать прямо. Руки над головой округлены в локтях в виде бутона.1. плавные поочередные повороты туловища и рук вправо-влево – «скручивание»,2. опустить руки через стороны вниз. (8р.)**Воспитатель**: По оранжевой дорожке побежал на прогулку медвежонок. У него было оранжевое настроение.3. «Медежёнок»И.п.ноги на ширине плеч, руки в стороны.1. наклон туловища вправо (влево) руки за голову,2. и.п. (6р.)**Воспитатель**: На полянке медвежонок увидел, как на полянке растут ягодки4. «Ягодки» И .п. стоя пятки вместе, носки врозь, руки на поясе. 1.присесть коснуться руками пола; 2- и.п. (6 р)**Воспитатель:** медвежонок хотел сорвать ягодку, как вдруг с кустика выпрыгнул 5. «Кузнечик»И.п. – основная стойка. Прыжки на двух ногах, чередуя с ходьбой на месте. По 10 прыжков повторить 3-4 разВоспитатель: Ну вот оранжевая дорожка нам раскрыла свой секрет здоровья, чему она нас научила?**Кармашек №3** Воспитатель: Желтый цвет – цвет радости и веселья.Дети все внимание!Есть для вас еще одно веселое задание!**Физминутка М.Ю.Картушиной«Солнышко»**Солнышко, солнышко, в небе свети!     - Потянуться руками вверх Яркие лучики к нам протяни.     - Похлопать в ладоши над головой Нас покружи, оторви от земли.    - Покружиться, подняв руки вверхСолнечный лучик быстро скакал,   - Попрыгать ноги в стороны, вместе. И на плечо он к ребятам упал.   -   Обнять себя руками.**Кармашек №4** Зеленый цвет – успокаивает.Тихо-тихо мы подышим, сердце мы свое услышим.**Дыхательная гимнастика«Радуга, обними меня»**И.п. Встать прямо1 – полный вдох носом с разведением рук в стороны;2 – растягивая губы в улыбке, произносить звук «с», выдыхая воздух, руки сначала вперед, затем обнять плечи (4р.)**Кармашек №5** Голубой цвет – цвет неба.**Воспитатель**: Подошли мы к пятой дорожке - голубой. Она поможет нам выполнить разные упражнения для всех групп мышц. Здесь мы будем развивать силу, ловкость.под.муз. «Радужная песенка»Т.Шикалова дети выполняют ОВД- ходьба парами по двум скамейкам, параллельно.- Прыжки боком, парами взявшись за руки через гимнастические палки (6шт).- проползти под дугой«Дугой» встает один ребенок, другой под ним проползает, потом меняются, и таким образом продвигаются до конца зала*Дети встают парами лицом друг к другу, держатся за руки, выполняют ходьбу по скамье и прыжки через гимнастические палки. Способ организации поточный в колонне.***Воспитатель**: А сейчас перед нами шестая дорожка – синяя | 5 мин5 мин5 мин |
| **2.2** | **Добывание (сообщение и приятие) нового знания** | **Кармашек №6** Синий цвет – цвет моря, безграничных возможностей**Воспитатель**: черепаха зовет нас отдохнуть«Самомассаж тела «Черепаха» М.Ю.КартушинойШла купаться черепаха,                   И кусала всех со страха               Кусь! Кусь! Кусь! Кусь!Никого я не боюсь!Черепаха Рура!                                В озеро нырнула,                     С вечера нырнула,                       И пропала… Э-эй,Черепашка Рура,Выгляни скорей!Встать друг за другом паровозиком, положить руки на плечи впереди стоящего ребенкаПостукивание пальчиками сверху вниз и вверхЛегкое пощипываниеЗагнуть большой палец на правой руке и рисовать четырьмя остальными пальцами змейку вдоль позвоночника впереди стоящего.Дети поглаживают ладонями спину**Воспитатель**: Подошли мы с вами к самой последней седьмой дорожке - фиолетовой.Кармашек №7 Фиолетовый – цвет мечты.Именно здесь мы с вами будем играть в подвижную игру «Платочек»*Воспитатель объясняет правила игры, напоминает о правила безопасности в подвижных играх.***Игра «Платочек»**Перед началом игры нужно выбрать одного водящего. Он получает платочек. Остальные ребята встают в широкий круг. Чем меньше игроков, тем больше должно быть между ними расстояние. Если же в игре принимают участие много народу, то они могут стоять почти «плечо к плечу». Водящий находится с внешней стороны круга. Он обходит круг и незаметно кладет платочек на плечо одного из игроков. После чего продолжает движение в том же направлении. Игрок, заметив, что платочек у него на плече, должен тут же бежать по внешней стороне круга в направлении противоположном водящему. Цель и того и другого – успеть добежать первым и занять свободное место. Тот, кто не успел, будет водить. | 5 мин |
| **2.3** | **Самостоятельная деятельность детей по закреплению нового знания** | Дети играют в игру несколько раз. | 5 мин |
| **III.** | **Заключительная часть** |  |  |
|  | **Анализ и самоанализ деятельности детей** | Рефлексия**Воспитатель**: Секрет здоровья радуга открыла,Чему она нас, дети, научила? Что вам понравилось больше всего? Что было сложным? (ответы детей)Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и построим «Радугу дружбы». Вы чувствуете тепло ваших рук? Вам приятно? Смотрите, какая крепкая «Радуга дружбы» у нас получилась.Всем ребятам желаю дружить и здоровыми быть. Вместе легче и радостней жить.На этом наше занятие закончилось. Всем спасибо. А гостям мы скажем: «До свидания»! | Длительность заключительной части  - 2 мин.Общая длительность занятия – 25-30 мин. |
| **Дальнейшая разработка темы** |
| **№** | **Культурные практики/ виды деятельности детей/ мероприятий** | **Содержание** | **Примечание** |
| **1.** | **Совместная образовательная деятельность взрослого и детей в режимных моментах** |
| **1.1** | Продолжать использовать выученный комплекс упражнений на физкультурных занятиях и в режимных моментах | Регулярное посещение детьми физкультурных занятий. | В группе |
| **1.2** | Игровая деятельность | Подвижная игра «Ленточка», «Платочек» | В группе, на прогулке |
| **1.3** | Двигательная деятельность | Выполнение уже знакомых упражнений в режимных моментах (утренней гимнастике, на прогулке) | В детском саду и семье |
| **2** | **Самостоятельная деятельность детей в свободной деятельности** |  |
| **2.1** | Ребенок сам | Рассматривание картинок о здоровье | В группе |
| **2.2** |  «Знание о здоровом образе жизни». | Самостоятельное выполнение разученных упражнений; физминуткии дыхательной гимнастики  детьми в домашних условиях и в Д/с. | В группе |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Пензулаева Л.И. – физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. – 112 с.
2. Пензулаева Л.И. – Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010. – 128 с.
3. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет / Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. – 144 с.
4. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет.Старшая группа.-М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.-96