**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Знаменский детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально - личностному направлению развития детей «Теремок»**

**МБДОУ Знаменский детский сад «Теремок»**

**Конспект занятия с детьми старшей группы (5-6 лет)**

**«Мы со спортом крепко дружим!»**

**Образовательная область «Физическое развитие»,**

**направление «Физическая культура».**

Подготовила и провела:

воспитатель высшей квалификационной категории Блинникова М.И.

**Цель.** Обогащение двигательного опыта детей по средствам обучения элементам спортивных игр (лёгкая атлетика, гимнастика, баскетбол). Совершенствование двигательных умений и навыков детей, развитие физических качеств через выполнение элементарных спортивных упражнений. Повышение интереса к занятиям физической культурой посредством разных форм двигательной активности и музыкального сопровождения.

**Задачи. *Образовательные.*** Систематизировать знания детей о разных видах спорта. Расширять представления о многообразии физических и спортивных упражнений. Учить прыгать на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперёд (элементы лёгкой атлетики). Закрепить умения детей перебрасывать мяч в шеренгах двумя руками из-за головы (элементы баскетбола).

***Развивающие.*** Добиваться качественного выполнения движения, развивать ловкость, гибкость и координацию движений.

***Воспитательные.*** Воспитывать желание заниматься физической культурой, вести здоровый образ жизни. Поддерживать интерес к спортивным играм.

**Предварительная работа.** Рассматривание иллюстраций, просмотр видео роликов по видам спорта, подготовка конспекта, оборудования, музыкального репертуара, разучивание комплекса ОРУ.

**Материалы и оборудование.** Ленты атласные на палочках для выполнения ОРУ, мячи среднего размера, картинки трёх видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, баскетбол), музыкальное сопровождение, спортивная форма.

**Место проведение.** Спортивный зал детского сада.

**Ход проведения занятия.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Часть.** | **Упражнения.** | **Указания.** |
| **I. Вводная часть** (3 минуты). | *Звучит фонограмма песни детской группы «Соловушка» «Спорт и здоровье».*Вход в зал, построение в шеренгу.Ходьба обычная, спортивная, ходьба с высоким подниманием колена, на носках, тренировочный бег с ускорением и замедлением темпа (кросс). | **Воспитатель.** Дети, когда мы заходили в музыкальный зал, звучала песня, о чём она была? **Дети.** Звучала песня о спорте.**Воспитатель.** Я предлагаю вам сегодня стать юными спортсменами. Провести спортивную тренировку, научится выполнять упражнения, которые выполняют спортсмены различных видов спорта.-Каких? Мы сейчас узнаем…. Посмотрите на картинку. (*Показ картинки*).-Как вы думаете, какой вид спорта на ней изображён?**Дети. Лёгкая атлетика.****Воспитатель.** Сегодня мы, как спортсмены, занимающиеся легкой атлетикой, сделаем разминку. |
| **II. Основная часть** (20 минут)**.** | **Общеразвивающие упражнения с лентами.****1. «Поднимание лент».**И. П. О.С. ленты в опущенных руках.1-4 медленно поднимая руки вверх, потряхивая кистями, придать волнообразные движения лентам (5 раз).**2. «Повороты».**И. П. ноги на ширине плеч, руки в стороны.1- поворот вправо, левой рукой коснуться правой. 2- и. п. 3-4- тоже в другую сторону. 1-4 переступающим шагом на носках, повернуться вокруг себя, разводя руками, потряхивая кистями рук. (5-6 раз.)**3. «Ногу в сторону».**И. П. О.С. руки в стороны.1- махом прямую ногу в сторону, одновременно руки вниз - крестно. 2- и. п. 3-4 тоже другой ногой. Выполняя упражнение, ноги не сгибать (4 раза).**4. «Наклоны вперед».**И. П. ноги на ширине плеч, руки внизу.1-3 медленный наклон вперёд, потряхивая кистями рук, придать волнообразные движения лентам. 4- резко выпрямится, отводя руки назад (4-5 раз).**5. «Поднимания ног».**И. П. О.С. руки прямые назад.1- поднимая согнутую в колени ногу вперёд, одновременно махом прямые руки вверх. 2- и. п. 3-4 тоже другой ногой (5 раз).**6. «Прыжки».**И. П. ноги вместе, руки внизу.Прыжки ноги: вместе - ноги врозь, руки в стороны, в чередовании с ходьбой (2 раза).**7. Упражнение на дыхание «Ветерок».** Дети набирают воздух, дуют на ленточки (3 раза).**Основные виды движений.****1. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы** (элементы баскетбола) на расстоянии 2,5 метра.**2. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперёд** (элементы лёгкой атлетики)на расстоянии 2 метра**.****Подвижная игра «Покажи вид спорта».** По аналогии игры «Море волнуется». Игра проводится дважды. Дети, бегают, выполняют подскоки, замирают, изображая спортсменов различных видов спорта.**Релаксация «Финишная ленточка».** Под спокойную музыку, дети расслабляют руки и ноги поочерёдно, выполняя мелкие движения, в виде дрожи (30 сек.). | **Воспитатель.** А сейчас мы станем юными….. Кем? Вы узнаете, посмотрев вот на картинку. (*Показ картинки*).-Как называется этот вид спорта?**Дети. Это гимнастика.****Воспитатель.** Теперь мы станем юными гимнастами.**Воспитатель.****-**А сейчас мы станем юными….. -Кем? Смотрим на картинку. (*Показ картинки*).-Какой это вид спорта?**Дети. Мы баскетболисты.** |
| **III. Заключительная часть** (1-2 минуты) | Построение в шеренгу.**Рефлексия.****Хоровая речёвка.**Спорт, ребята, очень нужен!Мы со спортом крепко дружим!Спорт - помощник!Спорт - здоровье!Спорт - игра!Физкульт - УРА!Спокойная ходьба под фонограмму *песни**«Герои спорта».* | **Воспитатель задаёт вопросы.**-Какими видами спорта мы сегодня занимались?-Что было самым интересным на занятии? Что было трудным? Кого бы вы поблагодарили за помощь?**Воспитатель предлагает** детям оценить свою работу на занятии.-Дети, как вы думаете, мы сегодня хорошо тренировались?-Если да, то похлопать в ладоши так сильно, как хорошо они занимались. |

**Используемая литература**

1. 1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /Под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой/. 2016 год.
2. Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду». Старшая группа. 2017год
3. Т.А. Шорыгина Беседы о здоровье. Творческий центр Москва 2010 год.