

КОНСПЕКТ НОД по ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» «ОГОРОД» (ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА)

Филатова Ольга Владимировна

Инструктор по физической культуре

МБДОУ № 21 «Рябинка»

Цель:

Формировать у детей интерес к занятиям физкультурой .

Задачи:

Воспитательные:

-Воспитывать взаимопомощь , дружеские отношения, умения работать в команде, согласовывать свои действия с действиями сверстников

-Воспитывать упорство в достижении цели

Обучающие:

-Закреплять навыки различных видов ходьбы

-Упражнять в меткости, развивать глазомер

-Упражнять в бросании мячей, в пролезании под дугой

Развивающие:

-Развивать ловкость, произвольное внимание

Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Социально- коммуникативное развитие», «Художественно- эстетическое развитие», «Речевое развитие»

Материал и оборудование: мешочки с песком по количеству детей, корзина для метания, дуги -2 штуки, большие мячи, обручи- 4 шт., кегли красные (на половину группы), кегли зеленые (на половину группы).

Дети под веселую музыку входят в физкультурный зал и строятся в одну шеренгу.

Инструктор:- Здравствуйте, дети! На дворе осень, на грядках созрел урожай и нам надо его собрать, пока холода на наступили. И поэтому сегодня мы отправляемся на огород!

1.ВВОДНАЯ ЧАСТЬ:

-На огород мы все пойдем (дети маршируют в такт словам по кругу)

-И овощей там наберем

-Дорога коротка, узка (Ходьба на носочках)

-Идем, ступая мы с носка

-И по бордюру мы идем (Ходьба приставным шагом)

-И приседаем мы на нем (Ходьба приставным шагом с приседаниями)

-Потом обходим деревца (Ходьба «змейкой» между кеглями)

-И пробежимся мы слегка (Бег «змейкой» между кеглями)

2.ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ:

1) Общеразвивающие упражнения

1) «Подсолнух» - «Посреди двора- золотая голова»

И.П.- о.с.

На счет 1-2 – руки через стороны вверх, подняться на носки, на счет 3-4 – в и.п. Выполнять 6-8 раз.

2) «Редиска» - «За кудрявую косу из норки я ее тащу»

И.П.- стоя на коленях.

На счет 1-2 – наклон туловища вперед, руки вперед- вниз; на счет 3-4 - в и.п. Выполнять 6-8 раз.

3) «Репка» - «Круглый бок, желтый бок, сидит на грядке колобок»

И.П.- сед с прямыми ногами, руки впереди- внизу.

На счет 1-2 – руки в стороны, вверх; на 3-4 – в и.п. Выполнять 6-8 раз.

4) «Картошка» - «И зелен, и густ, на грядке вырос куст! Покапай немножко: под кустом- картошка»

И.П. – лежа на спине.

На счет 1-2- поднять руки и ноги под углом 45 градусов вверх; на 3-4 – в и.п.

Выполнять 6-8 раз.

5)»Капуста» - «Лоскуток на лоскутке- зеленые заплатки. Целый день на животе нежится на грядке»

И.П. - лежа на животе, руки под подбородком.

На счет 1-2 – согнуть ноги в коленях вверх, руки за спину; на 3-4 - в и.п. Выполнять 6 раз.

б) «Огородное пугало»-

-Кто же здесь стоит на палке

- С бородою из мочалки

- Ветер дует- он шумит!

- Ногами дергает, скрипит

И.П.- о.с.

На счет 1-2 - прыжки на двух ногах на месте; на 5-8- ходьба на месте.

2)Основные виды движений

1. Метание мешочков с песком в корзину способом «снизу» правой и левой рукой попеременно. Выполнять 2 раза.

- Мы картошку собирали

-И в корзиночку бросали

2. Пролезание под дугами на коленях и локтях. Выполнять 2 раза.

-На коленочки мы встали

- С земли семечки собрали

- Их подсолнух набросал

- Только нас он увидал

2.Прокатывание мячей до конуса.

Выполнение: первый ребенок в колонне катит мяч до конуса, берет его в руки, поднимает вверх, прижимая мяч к себе, огибает конус, бежит до своей команды, передает мяч ребенку, стоящему первым, и становится в конец своей колонны.

- Что нам делать с ней?

- Увы, не знаем
- Мы тыкву по земле
- Весело катаем

3.Игровое упражнение «Кто быстрее перенесет урожай».

Около каждой команды лежит по обручу. В одном обруче лежат красные кегли-«морковка»-по количеству детей, в другом обруче- зеленые кегли – «огурцы». На расстоянии 4-5 метров напротив каждой команды лежит еще по одному обручу.

Ребенок, стоящий первым в команде, берет одну кеглю, бежит до обруча, кладет кеглю в обруч, огибает его, бежит к своей команде, хлопает по ладошке следующего ребенка и становится в конец своей колонны. Побеждает команда, участники которой первыми перенесут «овощи» и одного обруча в другой.

4.Подвижная игра «Овощи-фрукты».

Условия игры: дети бегают по залу в произвольном направлении.

Инструктор по физкультуре называет какой-нибудь овощ- дети должны сесть на корточки, руки вниз- показать, что овощ этот растет на грядке, называет какой-нибудь фрукт- дети останавливаются и поднимают руки вверх, показывая, что фрукт растет на дереве.

3. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ:

Растяжка в партере с элементами пальчиковой гимнастики и логоритмики «Однажды хозяйка с базара пришла»

Дети сидят на коврик, ноги-врозь.

- Хозяйка однажды с базара пришла (пальчиками обеих рук «шагают» по правой ноге)

- Хозяйка с базара домой принесла (пальчиками обеих рук «шагают» по левой ноге)

- Картошку, капусту, морковку, горох (загибают по одному пальцу на обеих руках)

- Петрушку и свеклу

- Ох! (хлопок)

- Вот овощи спор завели на столе

- Кто лучше, вкусней и нужней на земле (корпус чуть наклоняем вперед, попеременно ударяем кулачками и ладонями по коврику перед собой)

- Картошка? Капуста? Морковка? Горох?

- Петрушка иль свекла? (загибают пальцы на обеих руках)

- Ох! (локти ставят на коврик, ладошки подпирают щеки)

- Хозяйка тем временем ножик взяла (корпус наклонен вперед, стучим ребрами ладоней попеременно правой- левой, от носочка правой ноги к носочку левой)

- И ножиком этим крошить начала (то же, но стучим ребрами ладоней от носочка левой ноги к носочку правой ноги)
 - Картошку, капусту, морковку, горох
 - Петрушку и свеклу (загибаем пальцы)
 - Ох! (локти ставим на коврик, ладошки подпирают щечки)
 - Накрытые крышкой, в душном горшке
 - Кипели, кипели в крутом кипятке (корпус наклонен вперед, руки обеих рук описывают полукруг от правой ноги к левой и обратно – 2 раза)
 - Картошка, капуста, морковка, горох
 - Петрушка и свекла (загибаем пальцы)
 - Ох! (локти ставим на ковер, ладошки подпирают щечки)
 - И суп овощной оказался неплох! (показываем, как едим суп)
- (автор стихотворения Ю.Тувим)

Дети строятся в одну шеренгу.

Инструктор:- На огороде мы сегодня

- Собирали урожай
- Все старались, не ленились
- Все так славно потрудились!
- А теперь гулять пора
- На прогулку, детвора!

Дети под веселую музыку выходят из зала.

Список использованной литературы:

- 1.Копылова, С.Ф Физкультурные занятия с элементами логоритмики. – Волгоград: Изд-во «Учитель».
2. Подольская, Е.И. Необычные физкультурные занятия для дошкольников. – Волгоград: Изд-во «Учитель».