

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Василёк» с. Доброе»
Симферопольского района Республики Крым
ул. Комсомольская 1 Б, с. Доброе, Симферопольский район, РК 297571
тел:31-12-37, e-mail: vasilek-detskiysad@mail.ru ИНН9109009801

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Василек»
с.Доброе»
_____ Н.С.Аппазова

***Конспект занятия по
физической культуре
в средней группе
Тема: «Путешествие в страну здоровья».***

Составитель:
Инструктор по ФК
Халилова Айше Сабриевна

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Задачи:

Образовательные:

Развивать умение подлезать под дугу. Закреплять умение ходить высоко поднимая колени, ходить по ограниченной поверхности с перешагиванием через предметы, сохраняя равновесие, упражнять в ходьбе боком.

Совершенствовать умение согласовывать движения с музыкой.

Развивающие:

Развитие умения действовать по сигналу инструктора, соблюдать правила во время подвижной игры.

Развивать у детей ловкость, внимание, быстроту реакции, координацию движений.

Воспитательные:

Воспитывать доброту, отзывчивость, желание помогать другим.

Формировать навыки безопасного поведения во время занятия и в подвижных играх.

Оздоровительные:

Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры;

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и предупреждению плоскостопия.

Интеграция областей :

1. Социально-коммуникативное развитие:

Развивать умение общения и взаимодействия ребенка со взрослым и сверстниками;

формировать основы безопасного поведения во время занятия и подвижных игр.

2. Познавательное развитие:

закреплять форму и цвет;

дать элементарные представления о пользе чеснока для здоровья детей.

3. Речевое развитие:

формировать умение отвечать на поставленные вопросы;

развивать диалогическую речь.

4. Художественно-эстетическое развитие:

Развивать умение воспринимать музыку во время выполнения упражнений;

Стимулировать сопереживание персонажам художественных произведений.

5. Физическое развитие:

способствовать приобретению опыта в двигательной деятельности детей;

развивать основные виды движения.

Форма организации занятий: путешествие

Используемые методы обучения: практический, словесный, наглядный

Оборудование и материалы:

Колонка, звукозаписи для упражнений.

Доска, дуги, канат, султанчики, разноцветные мячики и круги, кегли, бубен, цветы из киндеров с чесноком внутри.

Ход занятия.

I. Организационный момент. Приветствие.

Здравствуйте ребята! Я к вам пришла за помощью, сегодня я получила письмо от Маши, послушайте что она пишет : «Дорогие ребята, у меня беда Миша заболел , для того чтобы ему выздороветь нужно добыть «цветок здоровья» который растет в Стране «Здоровья» . Кто его найдет и понюхает, будет самым сильным, самым ловким, а главное самым здоровым .

Ведущий. Внимание! Внимание!

Спешу вам сообщить

Сегодня в путешествие

Хочу вас пригласить!

За морями, за лесами.

Есть огромная страна , страну здоровья зовется она!

(Обращаясь к детям). Хотите побывать в этой стране?

Дети. Да.

Ведущий. В путь дорогу собираемся

За здоровьем отправляемся.

(Дети строятся в шеренгу, проверка осанки и равновесия).

Впереди препятствий много

Будет трудная дорога!

Чтоб ее преодолеть

Нам придется попотеть.

(Перестроение в колонну по одному).

Воспитатель: Направо! Шагом марш!

Под песню «По дороге с облаками» дети выполняют:

Ходьба в колонне по одному за направляющим.

Ходьба на носках, руки вверх.

Обычная ходьба.

Ходьба на пятках, руки на поясе.

Обычная ходьба.

Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе, носки тянем вниз.

Обычная ходьба.

Бег.

Ходьба обычная друг за другом.

Воспитатель: Вот мы с вами и попали в «Страну здоровья»

В этой стране живут вот такие веселые человечки, которые никогда не болеют, а что нужно для того чтобы никогда не болеть?

Дети. (правильно питаться, есть витамины, закаляться , делать зарядку) чтобы пройти дальше нам надо с ними сделать зарядку.

II часть. Дети строятся в круг.

Общеразвивающие упражнения с султанчиками

1. И. п. – основная стойка, султанчики внизу. 1- султанчики вперёд, 2- вверх, 3- в стороны, 4- исходное положение. (4-р)

2. И. п. – основная стойка, ноги на ширине плеч, султанчики у груди. 1- поворот вправо (влево, руки в стороны; 2- исходное положение. (4р)

3. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, султанчики внизу. 1- султанчики в стороны; 2- наклон вперед к левой (*правой*) ноге; 3- выпрямиться, руки в стороны; 4- исходное положение. (4-6р).

4. И. п. – основная стойка, султанчики внизу. 1-2- присесть, султанчики вынести вперед, 3-4- исходное положение. (4р).

5. И. п. – основная стойка, султанчики внизу. 1-8 – прыжки на двух ногах на месте (*с перерывом*).

Воспитатель: какие вы молодцы все правильно сделали, но вы уверены что вы все здоровы? Ведь в страну здоровья могут попасть только здоровые дети. А как можно это проверить? Вам всем нужно измерить температуру!

Выполняются основные виды движений: перед командой ящик с кеглями, это градусники. Каждый участник проходит по доске, пролезает через дугу, берет градусник, возвращается и встает в конец строя.

ОВД:

1. Ходьба по канату боком.

2. Проползание под дугой, не касаясь руками пола.

3. Ходьба по ограниченной поверхности с перешагиванием через предметы, сохраняя равновесие.

Воспитатель: Молодцы ребята, температуру померили.

Вы все здоровы!

Воспитатель: Давайте мы поиграем с вами в под. игру «Витаминки»

Зал (*организм человека*). У детей шары разных цветов. Во время болезни вам мама дает витамины разных цветов, чтобы укрепить ваш организм, т. е. убить микробы внутри вас. Эти витамины (*круги*) расположены по залу. А я буду микроб. Звенит бубен и вы бегаєте по залу, перестает звенеть бубен, микроб хочет вас заразить, вы ищите свою витаминку.

III часть.

3 Игра-расслабление «Воздушные шарики»

Представьте, вы все – воздушные шарики, очень красивые, веселые.

Вас надувают, и вы становитесь легкими и невесомыми.

И руки легкие и ноги легкие.

Дует теплый и ласковый ветер, он немного обдувает каждый шарик, шарик качается вправо и влево.

Вам легко, спокойно.

Заключительная часть.

Воспитатель: Молодцы. Я, что-то чую). Это цветок «здоровья» распустился. Да не один, здесь целая поляна замечательных цветов. (Показывает цветы, сделанные из-под контейнеров киндер сюрприз, в которые вложены кусочки чеснока). Понюхайте, их! (*Дети берут цветы, нюхают*). Чем пахнут цветы здоровья?

Дети: Чесноком.

Воспитатель: Запах чеснока отпугивает микробы и ни один микроб к вам близко не подойдет.

Давайте возьмем эти цветы здоровья к себе в группу, а один подарим Маше, чтоб она отнесла его Мишке.

Воспитатель: Наше путешествие подошло к концу, нам пора возвратиться обратно.