МБДОУ я/с «Подснежник» комбинированного вида

Конспект итогового НОД по физической культуре в подготовительной группе

Подготовила и провела: инструктор по физической культуре

Гладкая И.Н.

г. Северобайкальск

2019 г.

Цель: Мотивировать детей на двигательную активность, через использование нестандартного оборудования на занятиях по физической культуре.

Задачи:

Образовательные

- ✓ Совершенствовать двигательные умения и навыки.
- ✓ учить детей ходить и бегать между предметами;
- ✓ ходить по ограниченной поверхности с выполнением заданий;

Развивающие-

- ✓ Развивать координацию движений, ловкость, общую выносливость.
- ✓ Развивать фантазию, мышление и умение использовать обычные предметы в обыденной жизни.

Воспитательные:

- ✓ Воспитывать экологическую культуру, стремление бережно относиться к природе.
- ✓ Воспитывать доброжелательность, навыки сотрудничества, самостоятельность, активность, инициативность.

Оборудование:

Гимнастическая скамейка, гимнастические палки, стойки, обручи, массажные дорожки, маты для прыжков на полу, пластиковые бутылки (ориентиры, атрибуты для игры), карточки с заданием, аудио записи.

Интеграция образовательных областей: «физическое развитие», «познавательное развитие», «социально-коммуникативное развитие», «художественно-эстетическое развитие»

Ход занятия

Построение в шеренгу по росту.
В шеренгу – становись! Равняйсь! Смирно!

Инструктор: Ребята, у меня есть самый обычный предмет бутылка. Для чего она нужна? *(Ответы детей)*
Бутылка – это упаковка для жидкости. К сожалению таких упаковок, скапливается очень много и этим мы засоряем окружающую среду, но можно этим бутылкам найти различные способы применения. Хотите узнать какие?

Построение в колонну.

Направо! За направляющим в обход по залу шагом марш!

Выполним несколько разминочных упражнений для стоп. А бутылки нам в этом помогут!
Ходьба в колонне

-на носках, руки выпрямлены вверх;

- не внешней стороне стопы, руки на поясе;
- скрестным шагом,
-перешагивая через бутылки
Бег с выполнением задания:
- подскоки;
- боковой галоп правым-левым боком;
- спиной вперед;
- бег «змейкой», оббегая бутылки.
Перестроение в три колонны.

ОРУ с гимнастической палкой

1. Упражнение
И. п.— стойка ноги вместе, палка горизонтально за спиной под локтями.
1. На 1, поворот головы вправо;
2. На 2, и.п.;
3. На 3, поворот головы влево;
4. На 4, и.п.;

2. Упражнение
И.п. – о.с.
1. На 1,руки вперед;
2. На 2,руки вверх;
3. На 3, руки вперед;
4. На 4, и.п. (6-8раз.)

3. Упражнение
И. п.— ноги слегка расставлены, ступни параллельны, палка вверх.
1. На 1, наклон туловища вправо;
2. На 2, И.п.;
3. На 3, наклон туловища влево;
4. На 4, И.п.

4. Упражнение
И.п. – о. с., палка вперёд.
1. На 1, наклон туловища вперёд, палку на пол;
2. На 2, И.п.;
3.На 3, наклон туловища вперёд, палку поднять;
4. На 4, И.п.

5. Упражнение
И.п. – стойка ноги вместе, палка внизу.
1. На 1, подняться на носки, палка вверх;
2 – И.п.

6. Упражнение
И.п. – о.с. с опорой руками на палку
1. На 1, мах левой ногой назад;
2. На 2, И.п.;

3. На 3, мах правой ногой назад;
4. На 4, И.п.

7. Упражнение
И.п. –о.с. палка внизу
1. На1, присед, поднять палку вверх;
2. На 2, И.п.
Основные виды движения.

Ходьба, перестроение за ведущим в шеренгу. Разделение в группы (мальчики, девочки).
Настроение улучшилось? Тогда отправимся дальше.

Инструктор: В колонну друг за другом становись.
В обход по залу шагом марш.
На месте стой раз, два.
Прошу разделиться на две группы – мальчики и девочки.
Чтобы ваша тренировка прошла с наилучшими результатами вам в помощь карточки-схемы.
(инструктор рассматривает схему с мальчиками, а воспитатель с девочками)
Рассматривают, что нужно для выполнения упражнений и сами (дети) готовят оборудование.
Выполнение упражнений закончили.
Дежурные уберите оборудование на место

ОВД:

Мальчики:

1. Перепрыгивание 3 бутылок скреплённых между собой на 2 ногах.

2. Подтягивание по гимнастической скамейке, лежа на животе

3. Ходьба по канату приставным шагом

Девочки:

1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием двух бутылок.

2. Пролезание в вертикальный обруч правым и левым боком.

3. Ходьба по массажной дорожке.

В шеренгу становись!

Инструктор: Поднимите руку те, кто все упражнения выполнил правильно и считает, что силы и здоровья у него прибавилось.

А мы сейчас это проверим!

Кругом! А сейчас каждый из вас возьмёт бутылку-это прибор для измерения силы.

Встряхните энергично бутылку несколько раз сначала правой, затем левой рукой. Что произошло с водой в ваших бутылках?

А теперь…..раз два три цветные бутылки зовут нас в игру!

Подвижная игра «Соберись по цвету»
Инструктор: Внимательно послушайте правила игры. Вы бегаете по площадке с бутылкой в руке. По сигналу должны собраться около своего ориентира. У кого вода в бутылке красного цвета встаёте у конуса такого же цвета и т.д.

1 раз обычный бег.

2 раз бег с высоким подниманием колена.

3 раз бег с подскоками.
Дети с бутылкой в руке бегают по площадке. По сигналу дети должны собраться у ориентиров того цвета, какого цвета у них бутылка.
Построение, переход в музыкальный зал.
Релакс в музыкальном зале. (Цветотерапия)
1,2.3 в круг скорее ты беги!
Инструктор: Посмотрите, если к нашим бутылкам мы приставим конусы, и приклеим глаза, бороду рот и нос как вы считаете на кого они стали похожи? Если приклеить к бутылке детали, то получится вот такая замечательная поделка!
(гномик)

Ребята, если вам было интересно на занятии, то возьмите сердечко и положите в корзинку рядом с веселым гномом. А если занятие вам не понравилось, возьмите смайлик и положите в корзину рядом с грустным гномом.

Вам понравились упражнения и игры с бутылками? Самые простые вещи можно использовать по-разному.

В подарок я вам дарю эти разноцветные бутылки, чтобы мы с вами в дальнейшем могли придумать ещё больше игр и упражнений с ними.

Спасибо за занятие!