МБДОУ я/с «ПОДСНЕЖНИК» комбинированного вида

Применение нетрадиционного оборудования на занятиях по физической культуре в старшей группе

Подготовила: инструктор по физической культуре

ГЛАДКАЯ ИРИНА НИКОЛАЕВНА

г. Северобайкальск

Предварительная работа: Изготовление бумажных трубочек, «султанчиков», газетных полосок в свободное от основных занятий время.

Интеграция: Основная область - физическая культура (развивать координацию движений, равновесие, глазомер с помощью бумажных трубочек, листа бумаги и газетных полос) Художественно-эстетическое развитие; социально- коммуникативное, познавательное развитие.

Оборудование: листы бумаги формата А-4 по количеству детей, канат, газетные трубочки, полоски бумаги, аудиозапись.

Мотивация: В ДОУ проходила тематическая неделя «Знакомство с бумагой». В связи с этим возникла идея изготовить вместе с детьми спортивный инвентарь из обычного листа бумаги и газет. Была проведена предварительная работа, в ходе которой дети в свободное от основных занятий время мастерили из бумаги самый доступный спортинвентарь («султанчики», полоски газетных бумаг, газетные трубочки). Чтобы закрепить знания о свойствах бумаги на занятии по физической культуре, я поставила перед детьми проблемную задачу: «Из зала исчезли мячи, но детям нужно продолжить заниматься. Давайте вместе подумаем, из чего можно сделать пропавшие мячи?» Выслушав предложения детей, было решено сделать их из обычного листа бумаги и продолжить занятие уже с бумажными мячами.

Цель: укреплять здоровье детей, прививать интерес к физкультуре и потребность в ежедневных занятиях спортом.

Задачи:

- Вызвать у детей интерес к выполнению физических упражнений с нетрадиционным предметом – листом бумаги;
- Доставить детям радость от выполнения занимательных физических упражнений;
- Формировать представление детей о возможности конструктивно-модельной деятельности из бумаги различных предметов, которые можно использовать в игровой двигательной деятельности;
- Развивать творческую, познавательную активность в процессе разрешения проблемных ситуаций;

Ход занятия

Дети выстраиваются в одну шеренгу.

Инструктор ставит перед детьми задачи занятия: «Ребята, сегодня на занятии мы повторим с вами строевые упражнения, выполним разминку, общеразвивающие упражнения и должны были выполнить основные виды движения с малым мячом. Но когда я пришла в спортивный зал, обнаружила, что мячей нет. Вы же любите играть с мячами? Давайте подумаем, из чего можно

сделать необычный мяч? (воспитатель слушает ответы детей) После предложения детей сделать мяч из листа бумаги, воспитатель предлагает детям провести все занятие с оборудованием, сделанным детьми в свободное от занятий время из обычного листа бумаги и газет. Раздает детям «султанчики».

1. Ходьба по залу в колонне.
2. Ходьба на носках, «султанчики» вверх.
3. Ходьба на пятках, «султанчики» вперед.
4. Перекаты с пятки на носок, «султанчики» в стороны.
5. Ходьба с остановкой по сигналу.
6. Бег на носках, «султанчики» в стороны и вверх, с перестроением в круг.
7. Переход на ходьбу (восстановление дыхания), с перестроением в одну колонну.

Инструктор раздает новые листы бумаги каждому ребенку, «султанчики» собирает.

Перестроение в две шеренги:

Выполнение общеразвивающих упражнений с бумажными «мячами».

Сделай из бумаги «мяч»

I. Сед «по-турецки», дети самостоятельно изготавливают «мяч» (смять лист бумаги и придать ему круглую форму)

II. «Тронуть «мячом» левую, правую ногу;

И.п. - сед, ноги прямые, носки вытянуты, «мяч» в обеих руках;

1- наклон к правой ноге

2 - и.п.

3 – к левой ноге

4 – и.п.

III. «Прокатить бумажный «мяч» под коленями;

И.п. - сед, ноги прямые, «мяч» в правой руке;

1 – руки в стороны,

2 - колени согнуть, прокатить «мяч» под коленями вправо;

3– руки в стороны,

4 – и.п.

VI. И.п. - лежа на спине, руки разведены в стороны. «Мяч» в левой руке. Не отрывая руки от пола, передать бумажный «мяч» в правую руку.

1 – перевести «мяч» над головой, передать в левую руку;

2 – и.п.

3 – перевести «мяч» над головой и передать в правую руку;

4 – и.п.

V. «Передай «мяч» за спиной»

И.п. - лежа на спине, ноги согнуты в коленях, «мяч» в правой руке.

1 - Прогнуть спину вперед, перевести «мяч» в левую руку.

2- и.п.

3 - Прогнуть спину вперед, перевести «мяч» в правую руку.

4 – и.п.

VI. Подними «мяч» выше;

И.п. - лежа на спине, «мяч» зажать ступнями, руки вдоль туловища. Поднять ноги вверх. Держать «мяч», считая про себя до 8.

VII. Дыхательное упражнение: И.п. средняя стойка, руки вниз. «мяч» в правой руке.
1 – руки через стороны вверх, передать «мяч» в левую руку, вдох.
2 –и.п. выдох
3 - руки через стороны вверх, передать «мяч» в правую руку, вдох.
4 – и.п. выдох.

Инструктор выстраивает детей в одну шеренгу. Выполняется ходьба по залу («мячи»в корзину). Построение в одну шеренгу. Производит расчет на первый второй и перестроение в две шеренги. Далее на полу раскладывает нетрадиционный инвентарь. Дети расходятся по станциям и выполняют основные виды движений двумя подгруппами поочередно. Первая подгруппа выполняет ходьбу по канату приставным шагом, боком (способ выполнения поточный). Затем прыжки через газетные трубочки.

Вторая подгруппа – метание бумажных мячей в цель с расстояния 3 м правой рукой (способ исполнения индивидуальный), затем прыжки через полоски, выложенные зигзагом.

Смена станций.

Основная часть

1. Равновесие. Ходьба по канату приставным шагом боком с листом бумаги на голове, середина стопы на канате (2 раза)

2. Прыжки через газетные трубочки на двух ногах с продвижением вперед, руки на пояс (5-6 шт. расстояние между трубочками 50 см 2-3 раза)

3. Прыжки с высоким подниманием колен через бумажные полоски, выложенные зигзагом (5-6 раз).

4. Метание в цель правой рукой (цель выкладывается из газетных трубочек, мяч - смятый лист бумаги, 2 раза)

По окончании выполнения основных видов движений, проводится подвижная игра.

Заключительная часть

Игра с бумажными мячами**. «Перестрелка»** (командная игра).

Игроки делятся на две команды. Дети занимают свою сторону площадки. У каждого игрока в руках «мячик». По команде ведущего (взрослого) игроки начинают перебрасывать свой «мячик» на сторону противника. По команде «Стоп!» перебрасывание закончить, взрослый вместе с детьми подсчитывает количество мячей на каждой стороне. Побеждает команда, на стороне которой оказалось меньшее количество мячей. Игра повторяется 3 раза.

Психогимнастика «САЛЮТ».

Инструктор: А теперь ребята давайте поздравим команду победительницу праздничным салютом. Детям предлагается развернуть «мяч», сделанный из листа бумаги, порвать его на мелкие части и на счет 3 дружно бросить обрывки в воздух (салют), затем быстро собрать их.

Далее, построение в одну шеренгу, подведение итогов и уход детей из зала.