**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 472**

620014, г. Екатеринбург, пер. Северный, 4 e-mail: mаdou472@yandex.ru, тел/факс: 8(343) 310-27-13

**Конспект**

**тематического физкультурного занятия с детьми**

**старшего дошкольного возраста**

**«В поисках Изумрудного города»**

Составитель:

инструктор по физической культуре

 высшей категории

**Власова Марина Павловна**

г. Екатеринбург, 2021

***Описание материала*:** предлагаю вам конспект физкультурного занятия «В поисках изумрудного города» для детей 6- 7 лет. Этот материал будет полезен инструкторам по физической культуре, педагогам дополнительного образования и воспитателям старших и подготовительных групп. Конспект физкультурного занятия направлен на воспитание интереса к занятиям физическими упражнениями и развитию основных физических качеств у детей 6-7 лет. ***Актуальная цель***:

формировать двигательные умения и навыки в равновесии, в ползании, в ходьбе и беге, развивать физические качества посредством специально подобранных физических упражнений, развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
***Задачи*:**

*Оздоровительные задачи:*

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

 2. Укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнений упражнений в ходьбе и по массажным коврикам.

 3. Осуществлять закаливание растущего организма.

4. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

*Образовательные задачи:*

1. Упражнять в ходьбе по гимнастическому бревну с мешочком на голове.
2. Упражнять в беге «змейкой», ползании по гимнастической скамейке.
3. Совершенствовать умение быстро бегать с увертыванием в подвижной игре «Волшебник».
4. Научить ходить на руках и ногах («обезьянки») с опорой на стопы и ладони, а также ходить на «сказочных следочках».

*Воспитательные задачи:*

1. Воспитывать желание заниматься физической культурой.
2. Способствовать формированию смелости, выносливости.

*Развивающие задачи:*

1. Добиваться качественного выполнения движения.

2. Сохранять и развивать ловкость, гибкость и координацию движений.

3. Умение ориентироваться в пространстве.

***Методические приемы:*** игровая ситуация, беседа-диалог, физкультурные упражнения, подвижные игра, дыхательное упражнение, подведение итогов.

***Интеграция образовательных областей:*** "Физическое развитие", "Социально -коммуникативное", "Познавательное», «Художественно – эстетическое развитие», «Речевое».
***Оборудование****:*  музыкальное сопровождение, украшение зала, мешочки с песком 4 шт., массажные дорожки 3 шт., массажные следочки, скамейка, ленточки по количеству детей, 3 искусственные елочки, шляпка для волшебника, шляпки - цветы на голову детей, леечка, 2 шапочки тигра на голову детей, костюм львенка и Эли, следы на веревках 3 шт.

***Предварительная работа:***

- чтение произведения А. Волкова «Волшебник изумрудного города» (с использованием мультимедиа);

- музыкальное развлечение «По дороге к сказке»;

- рисование на тему «Волшебник изумрудного города»;

- конструирование на тему «Изумрудный городок»;

- физкультурное развлечение «Путешествие в сказку»;

- подготовка музыкальным руководителем украшения для спортивного зала.

***Форма организации***: фронтальная,  групповая, поточная.

***Планируемый результат:***

* Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
* Выполнять упражнение на статистическое и динамическое равновесие.
* Перестраиваться в колонну по трое, равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом, перестроение в две шеренги.
* Знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.
* Участвовать в упражнениях с элементами подвижных игр.
* Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

**Ход занятия**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части** **занятия** | **Содержание****Схемы** | **Дозировка** | **Деятельность педагога и детей** |  |
| **Методы и приемы** |  |
| **I. часть****Вводная**Цель: Организовать детей, собрать их внимание, вызвать интерес.Спец.цель: Обеспечить общую и специальную подготовку организма к повышенной физической нагрузке, которая будет в основной части занятия. | Построение в шеренгуСтроевые упражнения. |  3- 5 мин | - *Команда:* * + Равняйсь! Смирно! Здравствуйте, ребята!

*- Прием мотивации:*Сегодня у нас будет интересное физкультурное занятие, на котором мы научимся ходить на руках и на ногах («обезьянка») с опорой на стопы и ладони, а также ходить на специальных «сказочных следочках», повторим ходьбу по бревну с мешочком на голове, закрепим умения выполнять строевые упражнения, повторим подвижную игру «Волшебник» и разучим новую малоподвижную игру «Садовник». *Словесные методы:* дети, знаете ли вы сказку «Волшебник изумрудного города»? Вспомните, пожалуйста, какие там были герои? Какие у них были желания? Хотите помочь Эли и ее друзьям в исполнении их желаний? Тогда в путь!Для того чтобы помочь Эли и ее друзьям, необходимо подготовиться к путешествию и сделать строевые упражнения и разминку.* + *Команда:*
	+ Равняйсь! Смирно!
	+ На первый, второй рассчитайсь!
	+ В две шеренги становись!
	+ В одну шеренгу становись!
	+ Направо! Направо!
	+ Налево! Налево!
	+ Кругом! Кругом!
	+ На месте шагом марш!
	+ На месте стой! Раз! Два!
	+ Направо!
	+ По залу, шагом марш!
	+ *Методические указания:* Соблюдаем дистанцию! Голову и туловище держите прямо, смотреть нужно вперед, идти ровным, нешироким шагом, с перекатом с пятки на носок, ногами не шаркаем, согласовываем движения рук и ног.
	+ *Оценка:* Ребята, посмотрите на Эли, она правильно идет: спина прямая, смотрит вперед. (Оценка направлена на качество выполнения движения).

*Практические методы:*Выполнение движений детьми. |
|  | Ходьба на носках | 1 кр. | * + *Команда:* На носках, марш!
	+ *Методические указания:* Руки на поясе. Ноги прямые, шаги короткие. Идем мягко! Ногу нужно ставить на переднюю часть стопы, пятка не должна касаться пола. Спина прямая, голову не опускаем, смотрим вперед.

*Оценка:* Молодцы, ребята. Все идут правильно.  |
|  | Ходьба на пятках | 1 кр. | * + *Команда:* На пяточках, марш!
	+ *Методические указания:* Руки на поясе. Ноги прямые, шаги короткие. Животы подтянули! Спину выпрямили! Идем на пятках, носочки стараемся не опускать. Соблюдаем дистанцию.

*Оценка:* Все стараются идти на пяточках, молодцы! |
|  | Медленный бег | 1 кр. | * + *Команда:* Бегом по залу, марш!
	+ *Методические указания:* Бежим в медленном темпе (играет музыка, с помощью нее регулируется темп), соблюдаем дистанцию при беге, шаги небольшие, движения рук спокойные, руки согнуты в локтях на уровне пояса, плечи слегка расслаблены. Темп стараемся не ускорять.

*Оценка:* Ребята, внимательнее слушайте музыку, у некоторых не получается бежать в медленном темпе. |
|  | Быстрый бегЧередование  | 1 кр. | * + *Методические указания:*

Бежим на передней части стопы. Шаг широкий, стремительный. Активно работаем руками. Туловище немного наклонено вперед. Друг друга не толкать, не перегонять.* + *Оценка:* какие все молодцы! Умеете быстро бегать.
 |  |
|  | Бег змейкой | 3 р.1 кр. | *Наглядные методы*: Зрительные ориентиры (елочки).* + *Команда:* За направляющим, змейкой бегом марш!
	+ *Методические указания:* Соблюдаем дистанцию. Елочки обегаем, не задеваем их. Смотрим только вперед.
	+ *Оценка:* Ребятки, вы хорошо пробежали.
 |  |
|  | Ходьба | 1 кр. | * + *Команда:* По залу, шагом марш!
	+ *Методические указания:* Соблюдаем дистанцию! Идем, спина прямая, смотрит вперед
 |
|  | Ходьба с дыхательными упражнениями | 1 кр. | *Дыхательные упражнения:** 1. 1 – руки вверх (вдох), 2 – опустить вниз (выдох) с наклоном вперед.
	2. 1 – плавно развести руки в стороны, ладони вперед, пальцы врозь (вдох), 2 – руки скрестить на груди, кистями хлопнуть по разноименным лопаткам (громкий выдох).

*Словесное объяснение* *+ показ.**Методические указания*: Вдох должен быть глубоким через нос, выдох активный через рот. |
|  | Перестроение в колонну по три. |  | * + *Команда:* В колонну по три за направляющим, шагом марш! Продолжаем ходьбу на месте. Группа, на месте стой, раз, два! Налево!
	+ *Методические указания:* Чтобы удобнее было выполнять упражнения, на расстояние вытянутых рук разомкнулись, приготовились к выполнению упражнений.

*Практические методы:* Выполнение ОРУ под музыку.* + Дети выполняют физические упражнения за сказочным героем Эли.
	+ *Методические указания:*
	+ Выполняем упражнения правильно, внимательно слушаем музыку (развивается произвольное внимание).

*- Наглядный метод*: - Показ ОРУ упражнений под музыку сказочным героем Эли.*- Оценка:* Посмотрите, как красиво выполняет упражнение Милана, попробуйте повторять упражнения красиво за ней.*- Дыхательные упражнение* «Дровосек». И.п.: ноги врозь, руки опущены вниз, пальцы сомкнуты в замок: 1-поднять руки вверх, вдох, 2-наклон вниз, выдох. |
|  | **Основные виды движений.**Закрепление.Ходьба по бревну с мешочком на голове, ходьба по массажным коврикам, ползание по скамейке разными способами,научиться ходить на руках и на ногах («обезьянки») с опорой на стопы и ладони. Прыжки через палки.Способ организации: поточный | 1 р. | *- Словесное объяснение* :дорога нам предстоит извилистая и неровная.*- Вопрос:* из чего была дорога к Изумрудному городу? (из желтого кирпича).Наша дорога будет полна приключений и встречи с летающими обезьянами, которые на службе у злой колдуньи Бастинды.*Практические методы:* Выполнение упражнения детьми.«Полоса препятствий»: ходьба по массажным дорожкам, перепрыгивание через палки, ползание по скамейке, ходьба по гимнастическому бревну с мешочком на голове.*- Методические указания:* Идем по бревну прямо, стараемся сохранить равновесие, руки в стороны.При ходьбе спина должна быть прямая, так лучше сохранить равновесие и мешочек не упадет.Прыгаем мягко, приземляемся на носочки.По коврикам идем, руки держим в стороны. Подбородок приподнят, спинка прямая.*- Оценка:* Молодцы, хорошо справились с упражнениями. Все сохранили равновесие, и мешочки не упали.*- Наглядный метод*: показ (показ осуществляется с подготовленным ребенком)*- Показ:* ребенок, показывает, как ходить на руках и на ногах («обезьянка») с опорой на стопы и ладони.*- Практические методы:* Выполнение упражнения детьми. |
|  | 2. Научить.Игра – соревнование «Ходьба на сказочных следочках». Способ организации: в колонну по три. | 2р. |  - *Команда:* За направляющим в колонну по одному, становись! В колонну по три, марш! Кругом!*- Показ:* ребенок - львенок, показывает, как ходить на «сказочных следочках».*- Практические методы:* 1.Выполнение упражнения детьми.2.Выполнение упражнения на скорость.*- Словесное объяснение*: первый раз пробуем ходить.Второй раз, соревнуемся.*- Оценка:* Молодцы, хорошо справились с упражнением. У всех все здорово получилось!  |
|  | 3. Повторение. Подвижная игра «Волшебник» (автор Власова М.П.). | 1 р. | Дети встают в круг, в кругу стоят водящий – волшебник, у которого на голове шляпка.*- Объяснение правил игры*Дети идут по кругу и говорят слова:**«В чудо, верите друзья?****Ну, конечно же, ответим?****Дети отвечают: – ДА!****Мы к волшебнику идем****Если верим – в сказку попадем!****Волшебство начнется в ней!****Ну, волшебник, догоняй скорей!»**После окончания слов водящий – волшебник начинает догонять детей, дети убегают врассыпную по залу, водящий начинает отбирать у детей ленточки, которые прикреплены к ребенку сзади – колдовать его, заколдованный – пойманный ребенок, должен присесть и заколдоваться.*- Оценка: кто выиграл -* молодцы ребятки, хорошо постарались! Кого волшебник заколдовал, не огорчайтесь, в следующий раз обязательно выиграете!*- Практический метод:*Играют, соблюдая правила игры.*- Дыхательные упражнение* «Дровосек». И.п.: ноги врозь, руки опущены вниз, пальцы сомкнуты в замок: 1-поднять руки вверх, вдох, 2-наклон вниз, выдох. |
| **III часть.****Заключительная.**Цель: Снизить физическую нагрузку, привести организм ребенка в относительно спокойное состояние, но сохранить при этом бодрое настроение | Научить.Малоподвижная игра «Садовник»(автор Власова М.П.). | 1 раз | Дети встают в круг, у них на головах шапочки – цветы.  В кругу стоит водящий – садовник, у которого в руках леечка, он имитирует поливание клумбы.*- Словесные методы*: объяснение правил игры инструктором.Дети идут по кругу и вместе с инструктором говорит слова:**«Мы идем садить цветы,****Небывалой красоты!****Астры, Розы, Васильки.****Ты скорей вставай в кружок!****Превратись, дружок в цветок!»**На последнем слове дети останавливаются, замирают – превращаются в воображаемый цветок. А садовник смотрит, кто шевелится - тот проиграл.Дети выполняют задание согласно тексту.*- Методические указания:* садовник должен внимательно наблюдать и определить, кто из детей двигается.*- Оценка:* Дети оказались очень внимательными. Молодцы!  |
|  | **Подведение итогов****( подарки).**Перестроение в шеренгу. | 2 мин. | * + *Команда:*
	+ Равняйсь! Смирно!

*- Словесные методы*: дети, вот и наше путешествие подошло к концу! Вы – большие молодцы!- Вопрос: Мы все желания наших героев выполнили? (Да!) Значит, настроение улучшилось, вы веселые, улыбаетесь. Надеюсь, улыбка сохранится у вас на весь день! А волшебник Изумрудного города Гудвин приготовил вам подарки! Детям вручаются подарки. Девочкам – за доброту!Мальчикам – за смелость!До свидания! До новых встреч! В группу, шагом марш!  |