

**Конспект
организованной образовательной деятельности
по физической культуре
старшая группа
«Королевство цветов»**

подготовила

Андрищук Анастасия Алексеевна, воспитатель старшей группы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 79»

Цель: Формировать у детей сознательную установку на здоровый образ жизни, используя здоровьесберегающие технологии и нетрадиционные методы, художественное слово. Воспитывать потребность в занятиях физкультурой. Продолжать повышать функциональные возможности уровня физической и двигательной подготовленности у детей.

Задачи:

Образовательные:

- Упражнять в лазании, прыжках, сохранении равновесия
- Совершенствовать у детей умение свободно выполнять упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и осанки
- Закреплять приёмы самомассажа
- Формировать умение ритмическим движениям и радоваться их красоте.

Развивающие:

- Развивать гибкость движений, силу мышц живота и позвоночного столба путём выполнения упражнений с мячами
- Совершенствовать двигательные навыки и физические качества, укреплять дыхательную систему, развивать координацию движений
- Развивать познавательный интерес к изучению своего здоровья.

Воспитательные:

- Воспитывать морально – волевые качества: выдержку, уверенность в себе, чувство сплоченности, настойчивость в достижении положительных результатов
- Воспитывать доброжелательное отношение к окружающим
- Воспитывать бережное отношение к природе.

Методы:

Объяснительно репродуктивный, репродуктивный; метод творческих заданий; наглядный; вербальный (словесный).

Приемы:

Создание проблемно-игровой ситуации, голосовая и эмоциональная модуляция, художественное слово, показ практического действия с использованием мультимедийного оборудования и аудиозапись; прием организации детей: поточный способ.

Предварительная работа:

Рассматривание иллюстраций о цветах; беседа на тему «Твои любимые цветы»; рисование цветов и изображение запаха цветов графически.

Здоровьесберегающие технологии:

Приемы самомассажа; дыхательная гимнастика; корригирующие упражнения для осанки и плоскостопия; пальчиковая гимнастика; релаксация.

Оформление зала:

Изображение королевства, цветы.

Оборудование:

Мячи по количеству детей; цветков на каждого ребенка (хризантема); коврик «Полянка»; канат, оформленный зеленой лентой; гимнастическая скамейка; дуги (высота - 50 см); колокольчик; макеты деревьев.

Аппаратное и программное обеспечение

Аппаратное обеспечение: мультимедийное оборудование, магнитофон.

Аудиозапись «Вальс Цветов» (П. Чайковский)

Аудиозапись «Детский сад» из к/фильма «Усатый нянь».

Аудиозапись для релаксации.

Ход ООД:

Организационный момент. (Игровая мотивация).

Воспитатель: Здравствуйте, ребята. Сегодня мне пришло загадочное письмо (показывает). Оно излучает приятный запах. Чувствуете его аромат? Как вы думаете, что это за запах?

Дети: Пахнет какими-то цветами.

Воспитатель: Да, мне тоже так показалось. Хотите узнать, от кого это письмо и что здесь написано? Кто же написал это письмо?

Дети: Да.

Воспитатель (читает): “Дорогие ребята! Меня зовут Хризантема. Я королева цветов и приглашаю вас к себе в гости”. Нас приглашают в гости. А вы любите ходить в гости?

Дети: Да, очень.

Проблемно-игровая ситуация

Воспитатель: Сама Королева Хризантема пригласила к себе. Только вот не написала, куда же нам идти. Что же нам делать? А может быть, мы сами догадаемся, где живет Королева Хризантема?

Дети: Она живет в королевстве цветов.

I. часть: Вводная

Использование ТСО (звучит фонограмма из кинофильма «Усатый нянь»)

Воспитатель: Наверное, вы правы. Раз она королева цветов, то и королевство у нее Цветочное. Нам предстоит очень длительный путь с необычными препятствиями. Давайте отправимся в это увлекательное путешествие.

Так, давайте все садимся,
Поудобней примостимся.
За массаж вы принимайтесь,
 Попрошу вас, постарайтесь.

I. Самомассаж.

1. растирание шеи;
2. ладоней;
3. плеч;
4. коленей;
5. ступней ног

Воспитатель: А теперь, ребята, давайте попробуем сделать массаж друг другу?
(дети выполняют массаж друг другу на плечи, колени, шею)

Воспитатель: А теперь, друзья, вставайте. Можно отправляться в путь!

Слова к упражнениям Упражнения

Темным лесом, светлым лугом	Ходьба обычная
Мы шагаем друг за другом.	
Чтоб цветочки не помять	
Нужно ножки поднимать.	Ходьба с высоким подниманием колена.
Ходьба друг за другом.	
Меж деревьев мы шагали	Ходьба «змейкой»
Вдруг мы поле увидали!	
Если только бы вы знали –	
Как мы быстро пошагали.	Ходьба в быстром темпе.
Ищем мы цветочки	
Чтоб сплести веночки.	Ходьба в рассыпную с приседаниями.
Вот букет огромный	
вскоре мы собрали.	Ходьба друг за другом.
И ковер огромный на лугу соткали.	Построение в круг.

II. Основная часть:

Воспитатель: Ребята, мы с вами оказались на сказочной цветочной поляне. А какой чистый воздух здесь. Вы чувствуете? Давайте подышим им.

Дыхательное упражнение “Подыши одной ноздрей” (по А. Стрельниковой)

Воспитатель: Делаем вдох правой ноздрей, указательным пальцем левой руки закрываем левую ноздрю. Выдыхаем через левую ноздрю, а правую закрыть указательным пальцем правой руки, (упражнение повторяется 4 раза.).

Воспитатель: Ой, ребята, посмотрите сюда! Какой чудесный встретился нам здесь цветок!
Волшебству цветка не удивляйтесь.

Смело к выполнению заданий подключайтесь,
Для разминки хороши эти чудные мячи!

Звучит фонограмма «Вальс цветов»

ОРУ смалым мячом

1. «Цветок качает головой»

И.п. - стоя, ноги на ширине плеч, мяч в опущенных руках.

1.-наклон головы влево, мяч в руках перед грудью;

2.-И.п.

3.- То же в другую сторону;

4-И.п.(6 раз)

2.«Цветок растет»

И. п.:ноги врозь, руки с мячом перед грудью;

1. – согнуть правую вперед, мяч вверх;

2.- И. п.

3.-согнуть левую вперед,мяч вверх.

4.И.п.(браз)

3.«Цветок тянется к солнцу».

И. п. – стоя, ноги на ширине плеч, мяч в опущенных руках.

1. – потянуться вверх, поднять мяч над головой

2. –И.п.;

3.-то же самое;

4.-И. п.(6 раз)

4.«Цветок поворачивается к солнцу»

И. п.-стоя, ноги врозь, руки в стороны, мяч в левой руке.

1. – поворот налево, правой рукой взять мяч с левой руки;

2.– И. п., мяч в правой руке;

3.-поворот направо, левой рукой взять мяч с правой руки;

4- И.п.(браз)

5.«Налетел сильный ветер»

И. п. – широкая стойка ноги врозь, мяч в правой руке.

- 1-наклон вперед-книзу к правой ноге;
- 2 – прокатить мяч к левой руке;
- 3 – наклон вперед-книзу к левой ноге, мяч в правую руку;
- 4 – И. п. мяч в левой руке. (6 раз)

6.«Цветок прячется под дождем»

И. п.-стоя, ноги на ширине плеч, мяч в руках.

1.присед, мяч вверх;

2 –И.п.;

3-4-то же (6 раз)

Воспитатель: Молодцы! Вы отлично справились с заданием. Интересно, какое новое испытание приготовила нам королева цветов? Заглянем в наш волшебный цветок, (читает задание, написанное на лепестке). Слушайте внимательно! «Чтобы попасть ко мне во дворец, вам нужно выполнить следующее задание» Справимся?

Дети: Да.

ОВД:

1. «Ветер затихает, чуть цветы качает» (2 раза)

Ходьба по гимнастической скамейке (высота – 35 см), руки в стороны.

2. «Вырос в поле василек – яркосиний огонек» (2 раза)

Лазание под двумя дугами в прямом направлении, не касаясь руками пола.

3. «На зеленой хрупкой ножке вырос шарик у дорожки» (2 раза)

Перепрыгивание через мягкие модули, помогая руками.

4. «На зелененьких шнурочках, висят белые звоночки» (2раза)

Подпрыгивание вверх, касаясь рукой колокольчика.

Воспитатель: Ребята вы прекрасно справились с заданиями, и мы незаметно подошли к дворцу королевы Цветочной страны. Посмотрите, как здесь красиво! А вот какой красивый лепесток и здесь что-то есть. Прочитаем?

Дети: Да

Воспитатель: (читает) «Помогите мне ребята, посадить цветы на новых полянках. Королева Хризантема». Что будем делать? Поможем королеве. Итак, начинаем.

Подвижная игра «Посади цветы на поляне».

Использование ТСО (звучит фонограмма веселая музыка)

Условия игры: Под музыку дети бегают, прыгают, остановка музыки – сигнал для посадки цветов.

III. Заключительная часть:

Воспитатель: Молодцы, Ребята! Хорошо поиграли, а самое главное помогли королеве Цветочного царства посадить цветы. Вам понравилась игра?

Воспитатель: Я вам предлагаю немного отдохнуть, ведь нам пора возвращаться домой.

Пальчиковая гимнастика.

Шли мы лугом по тропинке, (Ходьба по канату, обтянутый зеленой лентой)
Видим – шарик на травинке. (Ходьба друг за другом с выполнением упражнений для рук – руки вверх, кисть в «замок» - покружиться)

И совсем не горячи (пальцем рисуем в воздухе солнце)

Солнца яркие лучи. (рисуем лучи)

Голова на ножке,

В голове – горошки (показываем горошки).

(Ходьба друг за другом, руки в стороны, руки за голову)

Воспитатель: Давайте полежим с закрытыми глазами на мягкой и зелёной траве.

Проводится релаксация на фоне тихой музыки:

«Закроем, дети, глазки.

Представим, что мы в сказке.

Мы, словно цветы на полянке лесной,

Согретые солнцем, умыты весной.

Мы тянемся вверх, лепестки раскрывая,

И ласковый ветер нас тихо качает,

И нежные песни нам птицы поют,

И соки земные нам силы дают»

(Во время чтения стихотворения незаметно возле каждого ребёнка кладётся цветок.)

Воспитатель: ребята, откройте глаза, а ведь мы с вами уже дома. Вот какое чудо произошло с нами, и королева Цветочной страны каждому из вас подарила цветок, который будет вам напоминать об этом волшебном путешествии. А вам понравилось в цветочной стране?

Дети: Да!!!

Воспитатель: Рефлексия:

- Вот и подошло к концу наше увлекательное путешествие в Цветочное царство, мы обязательно его еще раз совершим!

- Ребята, а что вам понравилось в этом путешествии? Что вам было легче всего делать?

Ответы детей: Помогать Королеве Хризантеме собирать цветы.

Делать дыхательную гимнастику.

Делать развивающие упражнения с мячами.

Воспитатель: А что вам труднее всего удавалось выполнить?

Дети: А мне все удавалось, потому что делая физкультуру я становлюсь сильным и ловким!

Воспитатель: Правильно, ребята, мы совершили с вами увлекательное путешествие в Цветочное Царство, но и стали при этом сильными, здоровыми, ловкими! Молодцы!

Используемая литература:

- «Физкультурно - оздоровительная работа» для старших дошкольников
О. Ф. Горбатенко, Т. А. Кардиальская, Г. П. Попова;
- «Игры, которые лечат» А. С. Галанов