

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
“Центр развития ребенка – детский сад № 28 “Огонек”

**Методическая разработка по физическому воспитанию
Конспект НОД по физической культуре «Путешествие по сказкам»**



Автор: Ваганова Евгения Владимировна,
инструктор по физической культуре

город Бердск

Описание: Материал рассчитан на детей старшей группы и будет интересен инструкторам по физической культуре и воспитателям ДОУ. НОД по физической культуре проводилась в рамках темы недели «Устное народное творчество».

Продолжительность НОД –25 минут

Интеграция областей: Социально – коммуникативное, познавательное, художественно – эстетическое и речевое развитие.

Цель: Создание условий для закрепления знаний о русских народных сказках на примере сказок «Колобок», «Теремок» и «Гуси-лебеди»

Задачи:

Образовательные: Закреплять умение выполнять ходьбу приставным шагом правым (левым) боком по гимнастической скамье. Закреплять навык выполнения поочерёдных прыжков через предметы, метания набивного мешочка правой (левой) рукой из-за плеча в вертикальную цель.

Развивающие: Развивать физические качества, умение определять пространственные направления на себе, от себя и от объекта, умение двигаться в заданном направлении.

Оздоровительные: Способствовать повышению функциональных возможностей организма, предупреждать нарушения осанки.

Воспитательные: Воспитывать коллективные согласованные действия, осознанное отношение к выполнению упражнений, положительные черты характера (смелость, целеустремлённость, терпение, умение преодолевать трудности)

Предварительная работа:

- Чтение и обсуждение русских народных сказок «Колобок», «Теремок» и «Гуси-лебеди»
- Предварительный домашний просмотр мультфильмов по мотивам русских народных сказок

Методы и приёмы: словесные, наглядные, практические

Развивающая среда:

- Гимнастическая скамья h=30см – 2 шт.,
- Баскетбольный мяч среднего диаметра – по количеству детей,
- Контейнеры под мячи – 2 шт.,
- Барьер h=5см – 6 шт.,
- Конус большой – 2 шт.,
- Мешочки для метания – по количеству детей,
- Корзина под мусор – 2 шт.,
- Обруч d=60 см – 2 шт.,
- Элемент костюма «Баба Яга» парик с платком,
- Музыкальный центр, аудиозаписи (ссылка на музыкальное сопровождение: <https://cloud.mail.ru/public/6ZZo/zzseDw9ga>)
- Выставка детских рисунков по теме «Устное народное творчество» <https://cloud.mail.ru/public/SQ8G/bQCw4jmVC>

| Частные задачи | Содержание и организация | Дозировка | Словесные методы и приёмы |
|---|--|------------------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Вводная часть (4 мин) | | | |
| Организационный момент. Мотивация детей на двигательную деятельность и подготовку организма к основной части НОД | 1) Построение в шеренгу | 40 сек | Инструктор по ФК: «Ребята, я предлагаю вам отправиться в путешествие по сказкам. А что это будут за сказки, вы узнаете, отгадав мои загадки». <i>Первая загадка</i> <i>Из муки, сметаны он</i> <i>В жаркой печке был печён.</i> <i>На окошке лежал</i> <i>Да из дома убежал. (колобок)</i> |
| | 2) Команды «Направо!», «В обход налево шагом марш!» | 20 сек | «Пыль дорогой поднимая, Покатился напевая...» Музыкальное сопровождение – минус русской народной мелодии |
| | 3) Ходьба в обход в чередовании с остановкой, и приседом на месте по сигналу | 10 сек 2 раза | «Вдруг из леса – скок-поскок – Прыгнул заяц на пенёк» «Зайка лишь за кустик скок – Колобок скорей в лесок, Через ёлки и осинки Покатился по тропинке». |
| | 4) Ходьба опираясь на ступни и ладоши, имитируя рычание волка, произнося отрывисто звук [p] | 10 сек | «Неожиданно под ёлкой Колобок увидел волка...» |
| | 5) Обычная ходьба | 10 сек | «..Но между лап он проскользнул И от волка улизнул» |
| | 6) Ходьба, поднимая ноги в стороны, руки в стороны-вниз, имитируя рычание медведя, произнося [ры-ы-ы...] с переходом на обычную ходьбу | 20 сек | «Дальше колобок катился И в овраге очутился. Там медведь его поймал...» |
| | 7) Бег в медленном темпе в обход, через середину, в обход направо (налево), переходящий в обычную ходьбу | 50 сек | «Ткнул медведя колобок И пустился наутёк...» |
| | 8) Ходьба на носках, руки на пояс | 10 сек | «Встретил колобок в лесу На свою беду лису. Не успел моргнуть и глазом, Был лисой проглочен сразу!» |
| | 9) Остановка с приседом | | |

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|--|--|--------|--|
| | 10) Встать | 10 сек | «Ты не плач, дружок о нём, Горю здесь не место, Загляни ты в бабкин дом – Бабка месит тесто». |
| Подготовка к выполнению общеразвивающих упражнений | 10) Построение вокруг, ходьба по кругу, уходя в обход и беря по ходу движения баскетбольные мячи. | | «Тесто я кручу верчу, Колобок испечь хочу» |
| | 11) Ходьба через середину в колонну по два, остановка на ориентирах, размыкание от середины вправо, влево. | | |
| | Дети делают присед, кладут мяч на пол. Выпрямляются, машут кистями рук вверх, постепенно опуская вниз. Приседают, берут мяч и снова встают. | | «Мы растопим жарко печку, Колобок посадим печься. Мы потушим угольки. Ай да чудо колобки!» |
| Основная часть (18 мин) | | | |
| Укреплять основные группы мышц туловища. | Общеразвивающие упражнения (4 мин) с баскетбольным мячом среднего диаметра | | Инструктор по физической культуре предлагает детям поиграть с колобками. |
| | 1) И.п. – стойка ноги врозь, мяч вниз. 1 – мяч вперёд, 2 – поворот мяча, левая рука вверх, 3 – поворот мяча, правая рука вверх, 4 – и.п. | 5 раз | «Показали Колобок», Вправо бок и Влево бок. Опустили Колобок» |
| | 2) И.п. – широкая стойка, мяч вниз. 1 – Наклон, мяч на пол, 2 – прокатали мяч левой рукой к правой ноге, 3 – прокатали мяч правой рукой к левой ноге, 4 – и.п. | 5 раз | «С колобком мы поиграем, Вправо, влево катаем» «Положили Колобок. К правой ножке, К левой ножке. И подняли Колобок» |
| | 3) И.п. – сед на пятках, мяч вниз. Прокатывать колобок вокруг себя влево 3 раза, Прокатывать колобок вокруг себя вправо 3 раза | 1 раз | «Колобок развеселился, Вокруг нас он покатился» |
| | 4) И.п. – Стойка ноги вместе, мяч перед грудью. 1 – стойка на правом колене, 2 – стойка на коленях, 3-4 – ударить мяч о пол, поймать мяч, 5 – стойка на правом колене, 6 – и.п. | 5 раз | «Колобок румяный бок, Он как мячик прыг, да скок!» |

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|--|--|-----------------------|---|
| | 5) И.п. – стойка ноги вместе, мяч перед грудью. Прыжки, ноги врозь мяч вперёд, ноги вместе мяч к груди в чередовании с ходьбой – В левую сторону, В правую сторону | 1 раз по 10 сек | «С колобком прыжок на месте. Ноги врозь и ноги вместе!» «Влево мы вокруг шагаем, Выше ноги поднимаем!» «Вправо мы вокруг шагаем, Выше ноги поднимаем!» |
| Восстановление дыхания | 6) Дыхательное упражнение И.п. – стойка ноги врозь. 1 – руки внешними дугами вверх – вдох, 2 – руки внешними дугами вниз «дуем» | 3 раза | Инструктор по физической культуре говорит, что дети разгорячились, словно колобки из печи и предлагает подуть, чтобы остудиться. |
| Основные виды движений (10 мин) | | | |
| Развитие физических качеств и двигательных функций | 1) Ходьба по гимнастической скамье приставным шагом правым (левым) боком, мяч перед грудью. Организация: Поточно-групповой способ. Одна команда для выполнения уходит в обход направо, другая в обход налево. В одной команде страховку на гимнастической скамье осуществляет воспитатель, в другой – инструктор по физической культуре Мяч складывать в контейнер, и строится в две команды друг за другом за линией старта. | 1 раз | «Превратился колобок В замечательный клубок» Инструктор по физической культуре говорит детям, что волшебный клубок поможет им перебраться через мост, чтобы попасть в новую сказку. Вторая загадка: <i>Нашла однажды мышка Совсем пустой домишко. Стала жить да поживать, Да гостей к себе пускать (Теремок)</i> |
| | 2) Прыжки на двух ногах через три барьера поочерёдно. При возвращении на место, обходить конус слева направо. | 1 раза | «В теремке жила лягушка? Вся зелёная квакушка. По воду она ходила. Через брёвна так скакала, Что всю воду расплескала» |
| | 3) Игра-эстафета. Описание: Первые участники бегут до обруча и встают в него, берут набивной мешочек и метают его правой (левой) рукой из-за плеча в корзину, которую на расстоянии 2-2,5 м держит воспитатель. Возвращается обратно, передавая эстафету хлопком правой руки по правой руке следующего участника. | 1 раз | «А у мышки, у полёвки В теремочке три кладовки Тащит мышка в те кладовки, То сухарь, то хлеба корки» |
| Организация детей для подвижной игры | Дети строятся вокруг | | |

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|---|---|-------|--|
| Подвижная игра (4 мин) | | | |
| <p>Развивать быстроту и ловкость. Способствовать развитию речи. Повышать положительный эмоциональный тонус.</p> | <p style="text-align: center;">Подвижная игра «Бабка Ёжка, костяная ножка»</p> <p>Баба Яга выбирается при помощи «наливного яблочка», которое под музыкальное сопровождение дети передают по кругу в правую (левую) сторону. У кого после остановки музыки яблоко окажется в руках, тот и Бабка Ёжка. Также Бабку Ёжку можно выбрать при помощи тематической считалки.</p> <p>Описание игры: Дети стоят в кругу, взявшись за руки. Бабка Ёжка находится в центре круга. Дети ведут хоровод вокруг Бабки Ёжки и произносят слова: <i>«Бабка Ёжка, костяная ножка, С печки упала, ногу сломала, Побежала в огород, Распугала весь народ».</i></p> <p>После последних слов дети начинают убегать от Бабы Яги в определённом направлении. До кого Баба Яга дотронется, тот «превращается в камень», замерев на месте. По сигналу дети, которых не заколдовали, садятся на гимнастическую скамью. Баба Яга расколдовывает оставшихся детей.</p> | 1 раз | <p>Дети отгадывают загадку: <i>Утащили злые птицы Кроху-братца у сестрицы, Что за птицы в сказке были И кому они служили?</i> (Гуси лебеди и баба Яга)</p> |
| Заключительная часть (2 мин) | | | |
| <p>Способствовать восстановлению ЧСС.</p> | <p style="text-align: center;">Малоподвижная игра «Хвост Бабы Яги»</p> <p>Описание игры: Воспитатель превращается в Бабу Ягу, надев парик с платком. Под музыкальное сопровождение начинает двигаться и, произнося слова, дотрагивается до определённого количества детей. Те дети, до кого дотронулась Баба Яга присоединяются к ней, образуя колонну, руки кладут друг другу на плечи. И.т.д. пока все дети не присоединятся к хвосту.</p> <p>Ссылка на видео: https://cloud.mail.ru/public/MVQn/9b2TcAYNs</p> | 1 раз | <p>Инструктор по ФК произносит слова: «Я Яга, Яга, Яга! Я лечу, лечу, лечу! Хочешь быть моим хвостом?»</p> <p>Дети отвечают: « Да, конечно же хочу!»</p> |

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|--|--|---|--|
| <p>Реализация принципа сознательности посредством осмысления результатов собственной деятельности. Способствовать развитию речи.</p> | <p>Рефлексия содержания НОД Инструктор по ФК спрашивает детей, по каким сказкам они путешествовали, кто автор этих сказок. Ожидаемый результат: дети перечислят названия сказок и определяют их как русские народные сказки.</p> | | <p>Способствовать, чтобы дети давали полный ответ.</p> |

Источники:

1. <http://churiki.ru/skazki-dlya-detej/mixail-metelyov-skazka-kolobok-v-stixax.html>