Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение д/с «Сайзанак»

с.Шекпээр Барун-Хемчикский кожуун РТ

Конспект занятия для детей старшего возраста

Физкультура - это класс, все здоровые у нас!

Выполнила:

Ховалыг Аржаана Ивановна

инструктор по физической культуре

2025г.

**Тема:** Физкультура - это класс, все здоровые у нас!

**Возраст:** 5-6 лет

**Цель:** Воспитание устойчивого интереса и эмоционального отклика к занятию физической культурой.

|  |  |
| --- | --- |
| Виды задач | Интеграция образовательных областей |
| 1. Обучающие   1.1 Обучать считывать информацию с карточек.  1.2 Продолжать учить переключать внимание с одного вида деятельности на другой. | ОО «Физическое развитие»  ОО «Познавательное развитие» |
| 1. Развивающие   2.1 Развивать умение ориентироваться в пространстве и на плоскости.  2.2 Развивать внимание, память.  2.3 Развивать координацию движений в прыжках и при передаче мяча.  2.4 Развивать чувства внутреннего темпо-ритма.  2.5 Способствовать развитию активного словаря.  2.6 Формировать представление о времени года, цвете, связи цвета с предметами окружающего мира. | ОО «Физическое развитие»  ОО «Социально-коммуникативная»  ОО «Художественно- эстетическое»  ОО «Речевое развитии» |
| 1. Воспитательные   3.1 Воспитывать интерес к движениям.  3.2 Формировать организованность, самостоятельность.  3.3 Продолжать формировать дружеские взаимоотношения при соблюдении правил в ходе ОД. | ОО «Физическое развитие»  ОО «Социально-коммуникативная»  ОО «Художественно- эстетическое» |
| 1. Оздоровительные    1. Укреплять опорно-двигательный аппарат.    2. Стимулировать дыхательную систему.    3. Формировать правильную осанку во время ходьбы, бега.    4. Повышать уровень физической работоспособности. | ОО «Физическое развитие»  ОО «Социально-коммуникативная»  ОО «Художественно- эстетическое» |

**Предварительная работа с детьми:** знакомство с элементами танца «Я рисую солнце», с карточками, маршрутами.

**Оборудование и материалы к ООД:** музыкальное сопровождение, карточки, маршруты, гимнастическая скамейка, канат, массажные кочки, следы, дорожки, мячи по количеству детей, полотно, фитбол мячи, ведра, барабанные палочки.

**Ход ООД:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы ООД** | **Продолжительность** | **№ задачи** | **Методы, приемы, формы** | **Ход** | **Анализ ООД** |
| Организационный этап (подготовка к ОД) | 1 мин | 1.1  2.4 | Словесный, инструкция, фронтальная | (дети в раздевалке у входа в зал)  Здравствуйте, ребята! У меня в руках волшебная палочка. Ваша задача: на 10 ударов волшебной палочки вы должны зайти в зал, построиться по росту в одну шеренгу так, чтобы между вами мог пробежать маленький ручеек и на десятый удар волшебной полочки хлопнуть в ладоши 2 раза. Выполнять задание волшебной палочки надо с первым ее ударом. | Не все дети выполнили задание правильно |
| Мотивационный (обеспечение мотивации и принятие детьми цели деятельности, введение в игровую ситуацию | 1.5 мин | 2.6  2.5 | Словесный,  диалог, фронтальный  Словесный, проблемный вопрос, фронтальный | - Скажите, какое сейчас время года? А какой месяц? (ответы детей)  - Каждый год в декабре в детском саду проходит «День открытых дверей». Но, в этом году, к сожалению, мы не можем пригласить родителей на занятие.  Почему? (ответы)  - Что придумать, чтобы родители могли увидеть, как мы занимаемся? (варианты ответов)  - Мы снимем видео нашего занятия, и я его выложу в родительском чате вашей группы.  - Кто согласен – похлопайте в ладоши.  - Отлично! Тогда начинаем! | Живая реакция, много ответов.  Интерес детей |
| Этап вводная часть | 5 мин | 1.1  2.1  2.2  3.2  4.1  1.2  2.1  2.2  3.2  4.4  4.3  4.1  1.2  4.2  3.2 | Наглядный (карточки, маршруты), поточно- групповой  Словесный, команды,  поточный, фронтальный  Практический, упражнения, поточный, фронтальный  Словесный, инструкция, фронтальный  Наглядный, наблюдение, фронтальный | ИФ: С помощью маршрутов вам предстоит пройти по «дорожкам здоровья». Будьте внимательны, не сбейтесь с маршрута:  - пройти по узкой рейке гимнастической скамейки и спуститься по ребристой доске;  - пройти по массажным кочкам;  - по канату (ноги на канате, руки на полу)  - по ребристым дорожкам;  - по следам (произвольное положение рук)  ИФ: Сложные преграды мы преодолели, но не будем останавливаться, уберем оборудование.  ИФ: В обход по залу за направляющим \_\_\_\_\_\_\_\_(имя ребенка) – марш! Ходьба с заданием:  - Ходьба змейкой от стены до стены  - Ходьба на носках (руки вверх)  - Ходьба на пятках (руки за головой)  - Ходьба одна нога на пятке, другая на носке (руки на поясе)  - Ходьба в обход по залу.  *Следить за осанкой.*  ИФ: бегом марш!  - Легкий бег  - Бег с ускорением  - Бег с высоким подниманием колен  - Бег врассыпную  ИФ: За направляющим\_\_\_\_\_\_ (имя ребенка) бегом по залу!  - Боковой галоп вправо, влево  - Бег со сменой направления  ИФ: Бег врассыпную,  - За направляющим \_\_\_\_\_ (имя ребенка) бегом по залу  - Через центр тройками в 3 колонны (сесть в позу отдыха)  **Упражнение на восстановление дыхания**  ИФ: Ваши уши будут слушать волшебные звуки, ваши глаза следить за моей рукой. Если я поднимаю руку вверх, вы делаете глубокий вдох через нос. Когда я опускаю руку вниз, вы должны сделать выдох через рот (губы трубочкой). | Удалось выполнить. У некоторых детей были затруднения.  Немного затянулись во временных рамках.  Задание выполнено. Признаков усталости на наблюдалось.  Дети правильно выполняют задание. |
| Основная часть | 20 мин. | 1.2  2.1  2.2  2.3  3.1  3.3  4.4  4.1  2.1  2.2  3.2  1.2  3.1  3.2  4.4  2.6  2.2  2.3  3.2 | Словесный, инструкция,  Практический упражнения,  фронтальный  Наглядный карточки,  Практический упражнения,  поточный, групповой  Словесный, инструкция,  Практический упражнения,  фронтальный  Наглядный карточки | *Дети расставляют оборудование*  **Танец «Я рисую солнце»** («Бодрящие барабаны» работа с карточками)  ИФ: Отлично станцевали, и все движения четко выполняли.  *(убрать оборудование)* ИФ: Перестраиваясь через центр тройками, вы будете выполнять движения, которые обозначены на карточках.  **Игровые упражнения:** «Обезьянки», «Раки», «Собачки», «Мячики».  **Игровое упражнение:** через центр зала парами пробежать под полотном  *(взять фитбол мячей)*  **Передача мяча** из разных исходных положений:  - сед лицом друг к другу, ноги вытянуть вперед  - сед по-турецки спиной друг к другу  - лежа на животе лицом друг к другу  ИФ: Уберите мячи и постройтесь в круг.  **Игра «Ассоциации»**  Дети строятся в две колонны напротив координационной лестницы, в центре зала лежат мячи. Под музыку дети выполняют упражнения  «Лошадка», «Зебра», «Белочка», «Рачки», «Фламинго»,  Увидев карточку с черно-белым изображением, стараются успеть взять мяч того цвета, который подходит к этому предмету.  (Например: огурец – зеленый, цыпленок – желтый и т.д.) и вернуться на свое место, подняв мяч на головой.  По сигналу: «Мяч в круг!», дети бросают мячи и снова совершают прыжки на месте. | Интерес у детей сохраняется, с удовольствием выполняют задания, умеют считывать информацию с карточек  Все дети активные и внимательные  Задание выполнено, интерес высокий |
| Заключительная часть | 1 мин | 1.2  3.2 | Наглядный, наблюдение,  Практический упражнения,  фронтальный, индивидуальный | Дети перестроились в шеренгу  ИФ: раз, два, три – третий слева выходи.  *(выбор ведущего)*  **Игра на внимание «Рыбалка»** (выбор водящего)  Дети слетят за движением водящего и хлопками ловят «рыбку». Водящий левую руку держит согнутую перед грудью – это море (внизу) и суша (вверху). Вторая ладонь имитирует плывущую рыбку. Когда рыбка выпрыгнет из воды (правая ладонь выше левой), дети хлопают в ладоши. | Затруднения с порядковым счетом.  Интерес к игре высокий |
| Рефлексивный этап (подведение итогов, самооценка детей) | 2 мин | 2.5 | Словесный, диалог, фронтальный | ИФ: Вы ребята – задаваки?  Дети: задаваки – это враки!  ИФ: Вы ребята – хвастуны?  Дети: Хвастуны не мы, а вы!  ИФ: Вы ребята, ничего?  Дети: Мы ребята - просто во!  ИФ: Я с вами согласна. Мы провели отличную тренировку.  - Какое у вас настроение?  - Какие игры и задания вам понравились?  - Как вы думаете, просмотрев видео нашего занятия, все ли упражнения ваши родители могли бы выполнить?  Похвалить детей за интересные ответы.  - Тогда сегодня, после тихого часа, мы в вами просмотрим видео занятия и отправим его в родительский чат.  Выход детей под музыку | Эта часть была сокращена, ввиду временных рамок.  Живой диалог. Дети в хорошем настроении.  Интерес сохранен. |