

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя образовательная школа №4 ДО»

Конспект физкультурного занятия зимой на улице в старшей группе

Тема: «Зима - прекрасная пора»

Выполнила: инструктор по физической культуре

Пашнина Евгения Михайловна

Цель: создать условия для повышения двигательной активности детей, укреплять здоровье детей.

Задачи:

Развивающие:

- развивать физические качества: ловкость, силу, быстроту, правильность выполнения движений;
- развивать двигательные функции: равновесие, координацию;
- развивать и сохранять физическое и психическое здоровье.

Воспитательные:

- воспитывать осознанное отношение к своему здоровью;
- потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- воспитывать умение соблюдать элементарные правила игры и доброжелательное отношение друг к другу

Образовательные:

- учить детей замаху и броску в метании снежков в горизонтальную в цель способом из за спины через плеч;
- упражнять детей в ходьбе и беге между постройками, умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга;
- упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия в прыжках на двух ногах через препятствия, при ходьбе по узкой дорожке.

Материал и оборудование: пластмассовые мячики на каждого ребенка в корзине, снежинки, свисток, кубики, кегли.

Планируемый результат:

Дети научатся замаху и броску в метании снежков в горизонтальную в цель способом из за спины через плечо.

Части НООД	Деятельность физ.инструктора	Деятельность детей
------------	------------------------------	--------------------

1 часть – вводная	Цель: Создание условий для привлечения интереса к занятиям физической культурой	
Создание образовательной ситуации	Создаю мотивацию на предстоящую деятельность через художественное слово К нам пришла зима сама Принесла во двор зима Снег пушистый, лед, снежинки, санки, лыжи и коньки.. Задаю вопрос Посмотрите сколько снега, возьмите его в ладошки, какой он? Если мы подержим снег в своих ладошках, Что произойдет? Почему снег растает? А ручки не замерзли? Давайте разогреем наши ладошки Пальчиковая гимнастика: Мы погреемся немножко Мы похлопаем в ладошки Ножки тоже мы погреем, мы потопаем скорее. Рукавицы мы наденем, не боимся мы метели Мы с морозом подружились Как снежинки закружились. А теперь скорей строимся в колонну, раз, два, три.. Построение в колонну по одному, равнение.	Коммуникативная деятельность Эмоциональный настрой на предстоящую деятельность. Дети стоят в рассыпную около воспитателя Ответы детей Холодный, рассыпчатый Он растает Потому что наши ладошки теплые, а снег холодный Дети выполняют пальчиковую гимнастику растирают ладошки хлопают в ладоши топают растирают ладошки с внешней стороны обнимают себя руками окружаться. Дети строятся в колонну по одному
Мотивация детей на предстоящую деятельность	А вы знаете как называется первый месяц зимы? Вы любите зиму? За что вы любите зиму?	Ответы детей Декабрь Зимой можно кататься на санках,

	А заниматься спортом любите?	лыжах, ватрушках, лепить снеговиков, играть в снежки
2 часть – основная	Цель: Создать условия для совместной деятельности взрослого и детей, направленные на самостоятельную и практическую деятельность, выполнения поставленных учебных задач.	
Уточнение знаний детей в процессе деятельности, осуществляемой в тесном контакте со взрослым	Мы шагаем, мы шагаем, Кверху руки поднимаем, В стороны их разведем, Вниз опустим и пойдем (слежу, чтобы спины были прямые, руки не сгибали в локтях) Мы шагаем по сугробам По сугробам крутолобам (Слежу за тем, чтобы дети держали ступни прямо, делая широкие шаги) Поднимай повыше ногу, Проложи себе дорогу (Слежу за правильностью постановки ног и рук) На коньках мы заскользим, Друг за другом побежим (Слежу за соблюдением дистанции во время бега, чтобы дети дышали носом). Не боимся мы пороши – Ловим снег, хлопок в ладоши. Руки в стороны, по швам. Снега хватит нам и вам! Ходьба обычным шагом с восстановлением дыхания	Двигательная деятельность Дети идут обычной ходьбой с движениями рук вверх, в стороны, вниз (20 сек) Дети выполняют ходьбу с выпадами (15 сек) Дети выполняют ходьбу с высоким подъемом колена (15 сек) Легкий бег, руки согнуты в локтях. (45 сек) Бег замедляется, переход на ходьбу, руки в стороны, хлопок перед собой (30 сек)

	Упражнение на восстановление дыхания «Погреемся» (Следить чтобы дети делали глубокий вдох при скрещивании рук , проговаривали звуки при выдохе)	Стоя, ноги вместе, руки в стороны, быстро скрестить руки перед грудью, хлопнуть ладонями по плечам, сказать :у – х – х (8 – 10 раз)
	ОРУ со снежками В. ставит корзину со снежками: Давай дружок, смелей дружок, бери скорее свой снежок и смело встань опять в кружок. 1 упражнение «Подбрось, поймай!». Вверх подбрось ты свой снежок, и поймай его дружок И.п. – основная стойка, руки прямые перед собой со снежком 2 упражнение Выше ногу подними И снежок переложи И.п. – основная стойка, руки внизу по швам, снежок в правой руке (слежу, чтобы спину держали прямо, ногу поднимали высоко) 3 упражнение Ты снежок свой покажи, Вправо, влево поверни И.п. – ноги на ширине плеч, руки прямые в стороны (Следить за осанкой, ноги на месте, руки прямые) 4 упражнение Со снежком ты приседай: Сели, встали, не зевай!	Дети берут снежки из корзины, встают в круг около воспитателя Дети принимают и.п., Подбрасывают снежки вверх и ловят двумя руками (6 –8 раз) Перекладывают снежок под ногой из одной руки в другую(6 – 8 раз) Повороты вправо(влево) с перекладыванием снежка из одной руки в другую (6 – 8 раз) Приседают, вытягивая руки со снежком вперед (6 – 8 раз)

	И.п. – ноги узкой дорожкой, руки согнуты в локтях, снежок в обеих руках (при приседании следить, чтобы спина была прямой, руки в локтях не согнуты) 5 упражнение А теперь скорей за дело – Будем прыгать мы умело И.п. основная стойка, руки на поясе. (Следить, чтобы дети прыгали легко, сильно отталкиваясь от земли, руки на поясе) Основные движения 1.А сейчас мы с вами научимся метать снежки в цель из – за спины через плечо (кегли стоят перед детьми на расстоянии 4 – 5 м)). Давайте построимся в одну линию. Сначала я вам покажу как нужно правильно принять и. п.: снежок берем в правую руку, правую ногу отставляем назад, встаем в поворот к направлению броска, прицеливаемся, замахиваемся и бросаем снежок, не задерживаем его в руке. (индивидуально вырабатываю у детей слитность замаха и броска, на выполнение отдельных элементов, поощряю детей за правильность выполнения задания). Молодцы, мы научились с вами метать снежки в цель. Вы хотите попасть к морозу и поиграть с ним? Тогда стройтесь друг за другом на расстоянии вытянутой руки.	Дети выполняют разные виды прыжков (на одной и другой ноге, ноги вместе – ноги врозь, на двух ногах)(15 сек) Дети под руководством (словесное сопровождение)принимают и. п. , выполняют бросок в цель, стараясь сбить кегли. (5 – 6 раз) Дети строятся друг за другом на расстоянии вытянутой руки, перепрыгивают через кубики, затем идут по узкой дорожке вокруг снежных построек.(2 круга)
--	--	---

	Пойдем в царство Мороза, а для этого нам нужно перепрыгнуть через льдинки и пройти по тонкой тропинке. Готовы? Прыжки на двух ногах через кубики . И .п – ноги вместе, руки на поясе.(слежу, чтобы дети энергично отталкивались двумя ногами одновременно, правильно приземлялись) Ходьба по ледяной дорожке – руки на поясе (дети ставят пятку к носку, спину держат прямо, смотрят вперед, не опуская голову)	
Этап осуществления самостоятельной деятельности детей	Вот мы и пришли к Морозу. Давайте поиграем в игру «Мороз Красный нос». Кто хочет рассказать правила этой игры? А как мы выберем мороза? Предлагаю выбрать двух морозов. (слежу за правильностью выполнения правил игры, чтобы дети не наталкивались друг на друга)	Коммуникативная, двигательная деятельность Дети рассказывают правила: мороз стоит на середине площадки: я мороз красный нос, кто из вас решится в путь дороженьку пустится? после слов: не боимся мы угроз и не страшен нам мороз, дети из одного дома перебегают в противоположный конец площадки (в другой дом), мороз старается коснуться рукой детей, замороженный останавливается на месте. после перебежки мороз считает замороженных. Мороза можно выбрать считалкой. Дети считалкой выбирают мороза (игра проводится 2 – 3 раза по желанию детей).

3 часть – заключительная	Цель: Создать условия для возникновения удовлетворения совместной деятельностью, развития способности самоанализа, закрепить полученные знания, проанализировать свое участие в деятельности.	
Подведение итогов, деятельности. Педагогическая оценка результатов деятельности детей.	Проводится рефлексия, дети отвечают на вопросы В одну колонну становись, раз, два. Какие все сегодня молодцы. Все занимались хорошо, правильно выполняли все задания, теперь мы будем крепкими и здоровыми, и нам не страшен никакой мороз. Вам понравилось сегодня заниматься? Что вам понравилось больше всего? Чему мы сегодня научились? Чему еще хотели бы научиться?	Включение детей в рефлексивную деятельность Дети строятся в колонну Предполагаемые ответы детей Дети перечисляют, что им понравилось больше всего и чему они хотели бы еще научиться.