

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр
развития ребенка детский сад первой категории № 59 «Лакомка»
с. Кулешовка**

**Конспект занятия по физической культуре по
системе Н.Н.Ефименко в подготовительной группе
« Как казачата рыбу ловили»**

**Воспитатель:
Бойчук Светлана Сергеевна – воспитатель
высшей квалификационной категории**

2023 год

Цель: Создание оптимальных двигательно-игровых условий для эффективного освоения базовой программы (*от лежаще-горизонтированных положений к прямостоянию*). Совершенствование двигательных умений и навыков, работы органов дыхания и кровообращения, содействие всестороннему развитию личности дошкольника по средствам физкультурно-речевых занятий.

Задачи:

- формировать правильную осанку, укреплять мышцы спины, дыхательную систему, развивать координацию движений;
- развивать умение с помощью движений, пластики изображать живую и неживую природу, действовать в соответствии с правилами игры, развивать творчество,
- расширять и закреплять знания детей о Донском крае;
- создать условия для развития интереса к физкультурным занятиям, воспитания интереса и любви к природе родного края, желания заботиться о ней;
- закреплять двигательные навыки умение ориентироваться в пространстве и эмоциональные переживания посредством вхождения в образно-игровую ситуацию.
- воспитывать чувство дружбы и взаимовыручки.

БТИ «Донской край» Большая Тематическая игра

СМИ «Как казачата рыбу ловили» Ситуационная мини-игра

ОДР -Полный круг Основной двигательный режим

Как у Дона, у реки

Ловят рыбу казаки:

Малец Андрей

Поймал трёх окуней,

А батяня Корней –

Четырёх карасей,

А дед Гаврил

Двух сомов подловил.

Казачата – народ крепкий и выносливый. Они воспитывались в военном духе. Каждый день упражнялись, тренировали силу и ловкость. Так начиналось каждое утро.

1. « **Казачата просыпаются**»

Казачата проснулись, потянулись, солнцу улыбнулись!

И.п. поза эмбриона

С боку на бок поворачиваются (по 2 раза в каждую сторону). Выпрямили руки и ноги (потянулись) 3 раза.

2. « **Тренируем силу**»

И.п. лежа (гимнастические палки справа)

Взяли г.п. обеими руками перед собой параллельно полу, локти на полу (поднимаем верх и вниз)

3. « **Тренируем ловкость**»

И.п. лежа на животе. Взяли г.п. обеими руками вертикально и тянемся вверх (достаем какой то предмет)

Казак - и воин и охотник, и земледелец, и рыболов. Сделали зарядку казачата и собрались на рыбалку. Казачата знали, что Дон и поилец, и кормилец. Рыбу ловили при помощи удочек. Но сначала надо раздобыть червячков.

Палочки положили справа

4 «**Червячки**»

И.п. лежа на спине. Ползем на спине навстречу друг другу, упереться ногами друг в друга

Отползаем назад (повторить 2 раза)

Повернулись лицами к друг другу (палки перед собой лежат)

Пока искали червячков, встретили муравьишку.

5. «**Муравьишка на стебельке**»

И.п. Лежа на животе: вскарабкаться ,переставляя руки по палке вверх

Посмотрели казачата, как муравей ползет и пошли дальше. Пришли к Дону и стали рыбу ловить.

6. « **Ловись рыбка и большая и маленькая**»

И.п. Лежа на животе. Двумя руками держим палочку – забрасываем удочку.

Поймали рыбку , показать ладошками как она бьется об пол

Вот это будет уха!!!

Хороша, сладка уха

Из донского судака!

Казаки зовут Щербой,

Славится наш Дон ухой!

- В старину уху называли Щербой. Её варили на костре в котелке.

Наловили рыбы много, пора отправляться домой. Решили поплыть на лодке.
Так будет быстрее.

7.Упр. « Лодки- селедки»

И.п. лежа на животе. Палку положить на спину локтями прижать и прогнуться.

Приплыли домой и решили в гости к друг другу сходить, посмотреть у кого уха наваристей

8. Упр. « В гости к друг другу». (Палочки положили)

И.п на низких четвереньках идти навстречу друг другу

9. Упр. Пес – Барбос что-то принес»

Положение на четвереньках палочка на спине и навстречу друг к другу или кто дольше удержит на спине. Помочь детям.

Тут казачата заспорили у кого самый высокий курень.

10. Упр.» Самый высокий курень»

И.п - высокие четвереньки сели на пятки и опять высокий курень

Спорили , спорили и чуть не поссорились! Решили мириться.

11. Упр. « Давайте подружмся» палкой дотянуться до палки друга.

Казачата помирились и повели коней на водопой. А идти надо было через болото к реке.

12.Упр. « Гигантский шаг» . идем через болото или чав-чав.

И.п – стоя на краю ковра, шагаем большими шагами.

Прошли через болото. Теперь можно и на коня сесть.

В обучение езде верхом казак не нуждается, ибо с детства имеет постоянно дело с лошадьми.

13. Упр. « Конь лихой» (На палке скакать по кругу)

Напоили коней и решили поиграть в веселую казачью игру « Коршун»

Пока играли казачата и день закончился, пора возвращаться домой.