

Конспект тематического занятия

«Путешествие в Арктику»

(возраст детей 7 лет, подготовительная к школе группа)

Цель:

- Совершенствование образовательного процесса на основе интеграции двигательной и познавательной деятельности с помощью нового вида занятия (тематическое физкультурно-познавательное занятие)

Задачи:

Физическое развитие:

- закреплять умение выполнять упражнения с предметом в парах;
- совершенствовать навыки ходьба, бега, прыжков, подлезания, ползания на животе;
- содействовать укреплению здоровья;
- развивать силу, ловкость, скорость, гибкость;
- развивать внимание.

Познавательное развитие:

- закреплять знания о Крайнем Севере и его обитателях.

Социально-коммуникативное развитие:

- воспитывать силу воли, выдержку, умение действовать в микрогруппах, общей группе, способность преодолевать трудности;
- воспитывать умение самостоятельно готовить оборудование для занятий.

Речевое развитие:

- активизировать словарь детей в соответствии с тематикой занятия.

Художественно-эстетическое развитие:

- совершенствовать эстетическое восприятие действительности.

Оборудование: гимнастические палки, море (полотно для игры), фитболы, гимнастические скамейки, гимнастические дуги, конусы.

Инструктор. Ребята, вы же любите путешествовать?

Дети. Да!

Инструктор. Скажите, дети, где на нашей планете Земля все время холодно, где всегда лежат снега?

Дети. На севере.

Инструктор. Правильно! Я предлагаю вам отправиться на Крайний Север в Арктику. Вы согласны?

Дети. Да

Инструктор. Дети, вспомните, какие животные и птицы живут в Арктике?

Дети отвечают.

Инструктор. Что ж, а теперь отправляемся в Арктику.

Нам преграды не страшны,

Потому что мы дружны!

Дети идут обычным шагом в обход по залу.

Инструктор. А попасть на Северный полюс нам поможет снеговая карусель.

Разминка «Снеговая карусель»

Закружила метель снеговую
карусель,

Бегут с постепенным ускорением.

Завертелись карусели и помчались
с ветерком, поначалу еле- еле, а
потом бегом, бегом.

*По сигналу поворачиваются на 360,
продолжают бег, затем
останавливаются.*

Повертелись, покружились, А
потом остановились.

*Дети идут на носках- руки вверх,
на пятках- руки в стороны.*

Инструктор. Вот и доставила нас снеговая карусель в Арктику.

Через горы ледяные мы пойдем, по
сугробам по сугробам побредем.

На снегоступах

Гагары

*Дети идут с высоким подниманием
бедра*

Морские котики

в приседе

ходьба на руках, подтаскивая за собой ноги

Ходьба выпадами.

*Ходят волны вокруг ледяные-
вот такие, вот такие.*

*Дети встают в пары, в тройки и тд.
Сцепляют руки в замок на уровне груди-
выполняют волнообразные движения в ходьбе*

ОРУ с гимнастической палкой в парах. (с показом слайдов)

Инструктор. Песец высматривает добычу. Песец это северная лисица, только белого цвета.

1. «Песец» (повороты)

И. п. – стоя лицом друг к другу, гимнастическая палка в руках внизу горизонтально.

1-4- поворачивая гимнастическую палку вправо-влево, поднять руки.

1-4- поворачивая гимнастическую палку вправо-влево, опустить руки.

Повторить 8 раз.

Инструктор. В Арктике живет птица гага, одна из самых крупных уток; вес ее достигает 3 кг. Гага широко известна благодаря своему пуху, который помогает птице приспосабливаться к жизни в ледяной воде. Сейчас поиграем в птицу гагу и почистим «гагачий пух».

2. «Почистим перышки» (наклоны в сторону)

И. п.- стоя лицом друг к другу, гимнастическая палка в руках вверху горизонтально.

1.-наклон вправо

2. И. п.

3.- наклон влево

4. И. п.

Повторить 8 раз.

Инструктор. Ребята в Арктике живут морские котики их, еще называют ушастыми тюленями, потому что у них есть наружные ушные раковины.

Передвигаясь по суше, морской котик приподнимает свое тело над грунтом, опираясь на длинные передние ласты, подгибая задние. Будем передвигаться как морские котики.

3. «Морские котики» (наклоны вперед)

И. п.- стоя лицом друг к другу, гимнастическая палка в руках вертикально.

1-4- Один в паре держит гимнастическую палку, другой переставляя руки по палке, выполняет наклон в низ;

1-4- переставляя руки по палке, возвращается в и. п.

Затем упражнение выполняет партнер.

Повторить 4 раза.

Инструктор. Морские котики не могут задерживать дыхание дольше пяти минут. Они ныряют и быстро выныривают.

Инструктор. Морж в Арктике- особенный представитель ластоногих. У него есть грозные клыки, которыми он раскапывает грунт и выбирает из него моллюсков.

4. «Моржи» (перехват палки)

И. п. – стоя спиной друг к другу, ноги на ширине плеч, руки с гимнастической палкой подняты. Передавать гимнастическую палку между ног и над головой.

Инструктор. А еще клыки у моржей- мощное оружие. Выполняем повороты вправо-влево и отгоняем белых медведей.

5. «Полярная сова» (приседания)

И. п.- стоя лицом друг к другу, гимнастическая палка в руках внизу горизонтально.

1- Выполнить приседание

2- И. п.

Повторить 8 раз.

Инструктор. А вот и белый мишка косолапый

Широко разводит лапы.

То одну то обе вместе.

Долго топчется на месте.

Это главный коренной полярник Арктики. Живет в снежных пещерах и часами может лежать на льду возле проруби в ожидании добычи.

6. «Белый медведь»

И. п. – Лежа на спине головой друг к другу, гимнастическая палка в руках вверху горизонтально.

1.- поднять прямые ноги;

2- вернуться в и. п.

Повторить 6 раз.

7. «Прогибание туловища»

И. п. – лежа на животе лицом друг к другу, гимнастическая палка в руках вверху горизонтально.

1 – Поднять руки и ноги, прогнуться в спине;

2 – Вернуться в и.п.

Повторить 6 раз.

Инструктор. В Арктике живут белые чайки. Эти подвижные птицы летают легко и быстро. Ребята, полетаем как белые чайки!

9. И.п. – Стоя лицом друг к другу, гимнастическая палка в руках на уровне груди горизонтально.

1- Мах правой ногой назад;

2- Вернуться в и. п;

3- Мах левой ногой назад;

4- Вернуться в и. п.

Повторить 4 раза на каждую ногу.

10. «Рыбалка»

И.п.- спиной в круг, гимнастическая палка в руках горизонтально.

1-8- Передача гимнастической палки по кругу из рук в руки вправо;

1-8- затем влево.

Повторить 4 раза.

Воспитатель помогает убрать палки.

Эстафета «Полярная переправа»

Прыжки на фитболах. 2 команды. Каждая команда разбивается на 2 подгруппы, стоящие друг напротив друга. У первого участника каждой подгруппы фитбол. По сигналу передвигаясь на фитболах, подгруппы должны поменяться местами, передавая фитбол следующему участнику подгруппы.

«Морские котики»

Перемещение по гимнастической скамье скользя на животе за счет сгибания и разгибания рук. 2 команды.

Живая полоса препятствий.

Дети делятся на 2 подгруппы: одна - «ледяные горы»- выстраивают полосу препятствий, другая- «полярники»- преодолевает ее; затем меняются ролями.

1. Группа «ледяные горы» строится в одну колонну на расстоянии 2-3 шагов друг от друга; группа «полярников» бежит через них «змейкой»
2. Группа «ледяные горы» становится на низкие четвереньки (снежные сугробы); группа «полярников» идет, перешагивая через них.
3. Группа «ледяные горы» ставит ноги на ширине плеч (ледяная пещера) подгруппа «полярников» проползает под ними.

Инструктор. «Брр!»- холодна в море водица,

Проще простого в ней простудиться!

А вот рыбешки- кроме шуток- без варежек плавают и шубок.

А сейчас поиграем в рыб и поплаваем.

Подвижная игра «Море»

Дети с помощью разноцветных значков делятся на рыб, бегают в рассыпную, по сигналу инструктора дети цвет, которых назвали, пробегают под тканью.

Инструктор. Дети, в гостях хорошо, а дома лучше. Пора возвращаться домой, А на чем мы отправимся, вы поймете, отгадав загадку:

Смело в небе проплывает, обгоняя птиц полет,

Человек им управляет, что такое?

Дети. Самолет.

Инструктор. Правильно, полетим на самолете.

Упражнение на релаксацию «Самолет»

И. п.- стоя, руки в стороны. По команде «приготовится к полету» напрячь все мышцы, по команде «полетели»- расслабить.

Рефлексия занятия.

Инструктор. Кому сегодня понравилось путешествие, и было легко, комфортно, попрошу выйти из зала, хлопая в ладоши. Кто испытывал трудности, пройдите с высоким подниманием бедра. А кому было неинтересно, скучно- пройдите топающим шагом.