

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 14 г. Амурск Амурского муниципального района Хабаровского края

**Конспект непосредственно образовательной деятельности
по физическому развитию
для детей 6-7 лет
«В царстве Снежной Королевы»**

Подготовила: Трепша С. С.
инструктор по физической культуре

г. Амурск

Цель:

Побуждать детей к дружеским отношениям, к чувству взаимопомощи и сопереживания, интересу к физкультурным занятиям. Создавать бодрое, веселое настроение.

Задачи:

1. Оздоровительные:

- Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега.
- Укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнений упражнений;

2. Образовательные:

- Развивать быстроту действий, быстроту реакций, ловкость, силу, смелость, внимание, фантазию.
- Закреплять навыки разных видов ходьбы, прыжков и бега (на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, прыжки на 2х ногах, бег парами, «змейкой», с захлестом голени назад);
- Развивать глазомер, ловкость в забрасывании малого мяча в корзинку с ручкой товарищу, играя в папе;
- Закреплять умение сохранять равновесие при запрыгивании (мальчики) с разбега на скамейку и ходьбе по ней, на середине пройти под препятствием, (девочки встают на скамейку), в конце спрыгнуть со скамейки.
- Упражнять в прыжках на двух ногах через предметы;
- Упражнять в ползании по скамейке на животе подтягиваясь руками с боку: мальчики попеременно, девочки одновременно двумя руками;
- Упражнять в пролезании через модуль «снежная тунель»

3. Воспитательные:

- Воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к людям;
- Воспитывать чувство ответственности за порученное дело;
- Воспитывать интерес у детей дошкольного возраста к процессу выполнения физических упражнений и к занятиям по физической культуре.

Методы: наглядный, практический, словесный

Предварительная работа: Чтение сказки «Снежная королева», беседа, рассматривание иллюстраций к сказке, беседа о дружбе, заучивание пословиц и поговорок о дружбе.

Предметно-развивающая среда: гимнастические скамейки 2 шт, мячи малого диаметра 5 шт, корзинки с ручками для ловле мячей 5 шт, модули для прыжков 5 шт, модуль для пролезания 1 шт, сосульки, стойки для подвешивания сосулек 2 шт, фитнес резинки 11 шт, диски «Здоровья» 11 шт, для п/игры: корона для Королевы, шапочка для Герды, ИКТ, музыкальное сопровождение.

(Дети заходят в зал и строятся в шеренгу в чередовании мальчик - девочка)

1 часть: Вводно – мотивационная часть

Здравствуйтесь ребята! Вы любите сказки? (Ответ детей)

Хотите отправиться в сказку? (ответ)

Вас ждёт сказка о крепкой дружбе и любви.

А вот в какой сказке мы побываем, вам предстоит отгадать загадку, если вы отгадаете, то отгадка появится на экране:

Под крышей двух домов они жили,

И как брат с сестрой дружили.

Но холодная красавица пришла –

И в ледяное царство друга забрала...

Дети: Снежная королева!

(на экране появляется Снежная королева)

А кто автор этой сказки?

Дети: Ганс Христиан Андерсен (на экране портрет писателя)

(На экране появляется Герд с видео обращением):

Здравствуйтесь ребята!

Помогите! Прошу вас очень!

Ведь Королева Снежная – Кая забрала.

Сердечко заморозила –

Теперь кусочек льда!

Помочь вы только сможете

Все вместе, знаю я!

Чтоб Кая расколдовать –

Вам нужно все задания

Дружно выполнять.

Ребята, вы узнали кто эта девочка?

Дети: Герда.

А какая Герда была? (добрая, смелая, отважная, выносливая и т.д.)

Вы, готовы прийти на помощь Герде?

Дети: Да! («Не оставляй друга в беде, помогай ему везде»)

Какие качества нам пригодятся в пути?

Дети: смелость, выносливость, доброта, смекалка, взаимопомощь, дружба и т.д.

А ещё в пути помогать нам будет **наше сердце**. Оно обладает невероятной силой, если оно доброе, любящее и радостное. Я думаю, что оно у вас именно такое.

Положите свои ладони на грудь и попросите, молча про себя своё сердце, дать вам силы, чтобы преодолеть все трудности и прийти на помощь Герде в спасении её друга Кая.

Ребята, давайте возьмём с собой ещё фитнес резинки, они ведь нам помогают развивать силу, и я думаю, что они нам пригодятся в пути.

(На экране зима, метель)

В царстве Снежной Королевы очень холодно, надо одеться теплее, чтобы не замёрзнуть.

Вы готовы? Дети: Да!

Тогда в путь!

(Под музыку разминка.)

- В сказку смело мы идём (ходьба обычная в колонне)
Отыскать нам Кая нужно,
И поможем ему дружно.

- Вот снежинки полетели (ходьба на носках, руки вверх, резинка в двух руках)
Заметают всё кругом
На носках сейчас идём

- Дорогу надо протоптать (ходьба на пятках, руки за спиной в 2х руках)
На пятках будем мы шагать.

- Снега много намело (ходьба высоко поднимая колени, руки вытянуты вперёд)
Ох, идти как нелегко, резинка в двух руках
По сугробам мы шагаем
Ноги выше понимаем.

- Через снежные заносы (прыжки на 2х ногах, резинка в 1 руке)
Перепрыгнем мы легко.

- Чтоб к разбойникам в плен не попасть (быстрая ходьба парами)
Девочки к мальчикам подойдите
В паре опасный путь пробегите (бег парами взявшись за руки)

- Впереди извилистая тропа,
- Теперь руки опускаем (бег «Змейкой» в колонне колонной)
И колонной пробегаем.

- Стали ноги замерзать (бег с захлестом голени назад)
Будем их мы согревать.

- А сейчас мы отдохнём (ходьба обычная)
Потихонечку пойдём
Глубже мы дышать начнём. (восстановление дыхания)

(на экране сверкающий снег, льдины)

Вот мы и в Лапландии, в царстве Снежной Королевы. Как здесь холодно, а как сверкает снег, точно серебром (дети хлопают себя по плечам, как будто им холодно).

Ребята, смотрите, сколько здесь льдинок (диски «Здоровья» лежат сбоку).

Это, наверное, Снежная Королева рассыпала их здесь, хочет, наше сердце превратить в ледяное, как у Кая.

Но мы ребята смелые, ловкие, умелые, мы на льдинки сейчас встанем и немножко с ними поиграем, да ещё фитнес резинка нам будет помогать силы прибавлять.

2 часть Основная.

О.Р.У (с фитнес резинкой и с диском «Здоровья»)

1) И.п. – о.с., руки с резинкой опущены.

1 - руки вверх, растянуть резинку, ногу назад на носок

2 – и.п

3 – 4 – с другой ноги (6 – 8 р.)

2) И. п. – ноги на ш. плеч, руки опущены.

1 –вытянуть руки вперед и растянуть резинку у груди

2 – и. п.

3 – 4 - то же (6 – 8)

3) И.п. – стоять на середине фитнес резинки, держать её за края, ноги чуть согнуты в коленях.

1 – выпрямить ноги, развести прямые руки в стороны растянув резинку.

2 - и. п.

3 – 4 – и. п. (6 – 8р.)

4) И.п. – стоя п. ногой на диске, вторая на полу, руки опущены.

Вращения диска ногой 5-6 сек.

Смена положения ног (3 – 4 раза каждой ногой)

5) И. п. – стоя на диске двумя ногами

Вращать диск поворачивая колени вправо - влево пружиня коленями «Твист»

6) И.п. – сидя на диске, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях.

1 – приподнять и переставит ноги вправо

2 – и. п.

3 – 4 – тоже в другую сторону (3– 4 р в каждую сторону)

7) И. п – стоя на коленях, ладони на диске.

Вращать диск руками вправо – влево (5 – 6 сек.)

8) И.п. – стоя на высоких четвереньках, ладони на диске.

Передвигаться на высоких четвереньках вправо – влево (по 4 сек в каждую сторону 2 - 3 раза), в чередовании с дыхательными упражнениями.

Какие ребята, вы, молодцы. От ваших ритмических движений, бодрого, весёлого настроения, льдинки не смогли проникнуть в ваше сердце, и оно осталось у вас такое же горячее, доброе и весёлое.

(На экране появляется Снежная Королева):

Я за вами давно уже наблюдаю, вы прошли уже много пути и до сих пор не испугались. Сейчас я вам устрою сложные испытания. На вашем пути встретятся волшебные снежки, которые вы должны забросить в корзинку, ледяное бревно, мост над которым свисают сосульки, снежная туннель, снежные заносы, Не справитесь с испытаниями, останетесь у меня навсегда вместе с Каем.

Ребята, как вы думаете, сможем мы это всё преодолеть?

Дети: Сможем! (**У страха глаза велики, а смелость города берёт**)

Основные движения

1. Забрасывание мяча малого диаметра в корзинку (с ручкой) играя в паре.
2. Ходьба по скамейки (мосту), на середине висит сосулька, под которой надо пройти согнув колени, встать прямо и дойти до конца скамейки, спрыгнуть со скамейки. (мальчики с разбега запрыгивают на скамейку, а девочки встают на скамейку)
3. Ползание по скамейке (ледяному бревну) на животе подтягиваясь руками, (девочки подтягиваются двумя руками одновременно, а мальчики попеременно).
4. Прыжки на 2х ногах через предметы (снежные заносы - 5 штук).
5. Пролезание в «снежной тунели» (модуль).

(На экране появляется замок Снежной королевы)

Ребята, смотрите мы дошли до замка.

Давайте поиграем в игру, может Королева злая станет другая?

Игра: «Снежная Королева»

(считалкой выбирают Снежную Королеву и Герду)

Считалка: 1,2,3,4,5

Мы сейчас хотим играть,

К нам снежинка прилетела

И тебе водить велела.

Королева стоит в центре круга, Герда с детьми в кругу.

Дети проговаривают слова:

Ты - Королева льда и снега,

Твоё платье цвета неба.

Холод, стужа, вьюги –

Это твои слуги.

Но в душе ты нежная.

Королева Снежная.

(после слов Королева волшебной палочкой пятнает детей, а Герда размораживает).

(Игра развивает: выдержку, внимание, быстроту, ловкость, взаимовыручку)

Инструктор: Ребята, давайте сделаем так, чтобы Снежная Королева тоже стала доброй и больше никого никогда не превращала в лед.

Упражнение «Лучик» (психогимнастика)

К солнцу потянулись,

Лучик взяли, к сердцу прижали,

Королеве отдали и улыбнулись!

(на экране появляется Снежная Королева с обращением к детям)

Снежная Королева: Да сумела ваша дружба, тепло ваших сердец, смелость и упорство вечный холод победить. Как хорошо улыбаться, смеяться! Пойду в королевство, всех развеселю и Кая освобожу. Спасибо, ребята!

(На экране появляется Герда с Каем).

Герда: Снова с Каем мы вместе, нас теперь не разлучить. Спасибо, ребята, вам за помощь.

Инструктор: Вот и сказки конец. Вы были большие молодцы. Смогли помочь Герде и Каю, Вы такое доброе дело сделали.

Вы преодолели все преграды, и проказы Снежной Королевы вам не помешали, а почему? (ответы детей)

Инструктор: Правильно, вы были друг другу внимательны, дружные, доброжелательны, смелые, не боялись трудностей и готовы были прийти на помощь. Доброта, любовь и дружба может растопить лёд в сердце человека.

(Добро всегда побеждает зло)

А кто из вас знает пословицы о дружбе? (ответы детей)

Пословицы.....

Дорожите дружбой, помогайте друг другу и тем, кто нуждается в помощи. Ребята, нам надо вернуться в д/сад.

Глаза дружно закрываем,

Дасчитаем до пяти: 1; 2; 3; 4; 5 –

В детском саду мы опять.

Давайте подарим улыбки и тепло наших сердец друг другу и нашим гостям. (берутся за руки, улыбаются друг другу и гостям, кладут ладони на грудь, протягивают руки гостям и дуют на ладони).