

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Плотниковская основная общеобразовательная школа»

Притобольный район

Конспект «Тайны морских глубин»

Образовательная область «Физическое развитие» с детьми старшего дошкольного возраста



Подготовила: Инструктор по физической культуре

Кузнецова Галя Талгатовна

Конспект «Тайны морских глубин».

с детьми старшего дошкольного возраста

Форма проведения: игра-путешествие

Цель:

- Формирование двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребности бережного отношения к своему здоровью в разнообразных формах двигательной деятельности.

Интеграция образовательных областей: «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Задачи:

1. Оздоровительные:

способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата;

формировать и закреплять навык правильной осанки;

развивать подвижность пальцев рук и глаз.

2. Обучающие:

ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;

формировать умение сохранять равновесие на гимнастической скамейке

упражнять в ходьбе и беге, координируя движения рук и ног;

закреплять правила безопасного передвижения в спортивном зале.

3. Развивающие:

развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость;

развивать координацию движений на основе уже накопленного детьми опыта.

4. Воспитательные:

воспитывать чувство сопереживания, взаимопомощи, доброжелательности к сверстникам;

воспитать осознанное отношение к своему здоровью, способствовать формированию положительных эмоций.

Предварительная работа беседы на тему: «Море», «Морские обитатели», рассматривание репродукций картин И.К. Айвазовского «Черное море», разучивание с детьми игрового самомассажа.

Словарная работа: обитатели

Методы и приёмы:

1. Наглядные:

наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры).

2. Словесные:

объяснения, пояснения, указания;

подача команд, сигналов;

вопросы к детям и поиск ответов;

словесная инструкция.

3. Практические:

выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;

выполнение упражнений в игровой форме;

самостоятельное выполнение упражнений в свободной игре.

Инвентарь: 2 гимнастические скамейки, массажные мячи, массажные дорожки.

Аппаратное обеспечение: компьютер

Программное обеспечение: аудиозапись «Звуки моря».

Предметно-развивающая среда: морские обитатели.

Реализация федеральных государственных образовательных стандартов:

использование игровых ситуаций, способствующих эффективному процессу получения детьми знаний, умений и навыков при проведении организованной образовательной деятельности;

внедрение здоровьесберегающих технологий.

Содержание организованной образовательной деятельности

I. Вводная часть.

(Дети заходят в спортивный зал под спортивный марш и строятся в шеренгу).

На месте стой. Налево. Равняйся! Смирно!

Ведущий-капитан:

-Здравствуйте, ребята! Хочу всех вас пригласить совершить со мной увлекательное путешествие, а куда мы узнаем, отгадав загадку.

В нем соленая вода

По воде плывут суда.

Волны, ветер на просторе

Чайки кружатся над (морем)

Мы отправимся в морское путешествие, опустимся с вами на дно морское и познакомимся с обитателями моря. Если разрешите ,я буду капитаном.а вы будете моими помощниками -моряками. Ну что, готовы? Тогда в путь!

2. Занимательная разминка.

Налево в обход по залу, шагом марш!

-Ходьба в колонне по одному по периметру зала;

Из веселых ручейков в гости к морю поплывем –

- Ходьба на носках, руки вверх.

Ручеек звенит, журчит-

- Ходьба на пятках, руки на поясе.

Скачут капли - капитошки, поднимайте выше ножки

- Бег с захлестыванием ног

Ручеек быстро, весело бежит-

-Бег с изменением направления.

обычная ходьба с упражнениями для рук (руки в стороны, вверх, в стороны, вниз-2 раза).

Вот уже течет река, широка и глубока

К морю подбирается, шире разливается-

-Ходьба змейкой по массажным дорожкам.

Вот перед нами и море, волны бушуют, шумят на просторе-

-Ходьба с изменением направления в разные стороны.

Ведущий-капитан: можно долго нам шагать,

Но мы не можем опоздать
Корабль нас не будет ждать,
Места в каютах всем занять.
Дети строятся в шеренгу.

3. Основная часть

Гимнастика для глаз. Следим за движениями рыбки. (У воспитателя в руках красочная рыбка)

«Рыбка плавает» (Глаза вверх, вниз).

«Рыбка водит глазами» (Водим глазами вправо, влево).

«Рыбка вращает глазами» (Вращаем глазами по часовой стрелке, «рисую в пространстве» максимально большой круг. Вращаем глазами против часовой стрелки)

«Рыбка моргает глазами» (Глаза закрываем, открываем...)

Ведущий-капитан: Открываем глаза. Вот мы и оказались на дне морском, посмотрите какие растения и рыбы обитают здесь.

Общеразвивающие упражнения без предметов:

(каждое упражнение выполняется 6-7 раз)

1. «Водоросли»

И. п. – стойка ноги врозь, руки вдоль туловища,

1 – наклон туловища вправо; 2 – и. п.

3 – наклон туловища влево; 4 – и. п.

Он на дно сейчас прилег многоножка (осьминог)

2. «Осьминог»

Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки в стороны

1-3 – наклон вперед, коснуться руками пола, на счет 2-4-и.п.

Он фонтанчики пускает, себе спину поливает

3. «Рыба-кит»

Исходное положение - ноги на ширине стопы, руки в стороны

1-3 присели, руки сомкнули, 2-4- встали, руки разомкнули, взмахнули-выпустили фонтанчик

Крепкий панцирь, ей как дом

Жить удобно в доме том

4. «Морская черепаха»

Исходное положение - сидя на полу, ноги вместе, носочки вытянуты, руки приняли упор сзади

1.-3 колени подтянуть к животу, руками обхватить колени, голову опустить.

2- 4 ноги врозь, руки в стороны. Повторить 6 раз.

Глубоко на дне она, словно на небе видна

Но не светит и не греет, потому что не умеет

5. «Морская звезда» (прыжки)

Исходное положение – основная стойка: 1-3 прыжком ноги врозь, хлопок над головой

2-4 прыжком ноги вместе, руки вниз вдоль туловища

Ходьба и прыжки - чередование

6. «Волны шипят»

Воздух мы морской вдохнем

Дышим носом, а не ртом.

Исходное положение – основная стойка - руки вниз. Плавно поднять вперед, вверх (вдох), плавно опустить руки вниз (выдох через рот со звуком: ш-ш-ш).

Перестроение в 2 колонны

Основные виды движения

Постоянно убегает, всех чернилами пугает

1. «Каракатица»

Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками вперед.

Совершенствовать функцию координации. Следить за осанкой

На лошадку так похожа, А живет-то в море тоже

Вот так рыбка! Скок да скок — Прыгает морской...

2. «Морской конек»

Ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке, руки на поясе, спрыгивая со скамейки на согнутые две ноги, руки вперед.

Совершенствовать функцию равновесия. Держать ровно спину.

Ведущий-капитан:

Я — капитан.

За штурвалом стою,

Громко команды свои отдаю:

Полный вперед! Все поднять паруса!

Боцман, матросы, скорей по местам!

(Перестроение в круг)

3. Подвижная игра «Рыбак и рыбки»

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений;

Дети стоят в кругу. По считалке выбирают рыбака.

- Сидят рыбаки,

Стерегут поплавки.

Рыбак Корней

Поймал трех окуней.

Рыбак Евсей —

Четырех карасей,

А рыбак Михаил

Двух сомов изловил.

Сколько рыб рыбаки

Натаскали с реки?

Ход игры: По команде «Рыбаки» дети разбегаются по залу, ребенок-рыбак их догоняет. Кого заденет, тот садится на скамейку.

-Живет на дне комочек, угрюмый он и злючка

За камушек цепляется, морской травой питается (морской ёж)

Дети стоят врассыпную. Упражнения с массажными мячиками (под спокойную музыку)

Игра – релаксация «На берегу моря»

Цель: развивать внимание детей. Учить прислушиваться к своим ощущениям.

Ведущий-капитан:

-Море дремлет, в море штиль,

Тишина на сотни миль.

Море ласково и мило,

Успокоилось, застыло.

Отдыхает Море-

Шторм вернётся вскоре.

Цель: развивать внимание детей. Учить прислушиваться к своим ощущениям.

Ход игры: дети ложатся на спину, расставив руки и ноги в стороны, и закрывают глаза. (включается музыка «Шум моря» и ведущий капитан начинает описывать берег моря, шум волн, как греет солнце, предлагая детям представить самостоятельно эту картинку, «ощутить» ее.

Ведущий-капитан:

Вот оно какое море!

Разноцветно-голубое

Волнами шумящее,

чайками кричащее,

чистое, солёное,

тёплое, рифлёное

С небом обнимается,

Солнцу улыбается!..

Снится вам один замечательный сон. В этом сне вы видите море с прозрачной голубой водой. Через толщу можно рассмотреть подводный мир: необыкновенные водоросли, медуз и веселых дельфинов. Ваши силы восстанавливаются.

Отдых освежил вас.

Вы хорошо отдохнули.

Голова ясная, легкая.

Во всем теле нарастает ощущение легкости и прохлады.

Приятная бодрость во всем теле.

Вы заряжены энергией, желанием деятельности.

Вы глубоко и полноценно отдохнули.

Через минуту сеанс закончится.

И вы будете бодрыми, отдохнувшими.

Силы приливают к рукам и ногам.

Сознание становится яснее, хочется потянуться.

Потянитесь!

4.Заключительная часть.

Ведущий-капитан:

-Ребята, посмотрите – какая бутылка оказалась на морском дне! Давайте откроем и посмотрим, что там лежит (открывает, достает записку и читает:

«Тот, кто найдет это послание – того ожидает встреча с королевой жемчужин»).

Звучит музыка забегает жемчужина- королева-сюрпризный момент

Жемчужина: «Я рада слышать ваши голоса. Вы первые, кто не побоялся морской глубины, и добрались до меня! И за вашу смелость, ловкость, я дарю вам морские сокровища. Откройте мой сундук. Это подарки. Рыбка – моя помощница поможет вам вернуться в детский сад, а я прощаюсь с вами! (и убегает).

Упражнение с Рыбкой: Ведущий капитан держит Рыбку: «Ребята, смотрим на Рыбку и повторяем движения за нашей волшебной Рыбкой. Закрываем глазки, покружились вокруг себя, вот мы и снова оказались в детском саду».

Ведущий-капитан:

-Ребята, вы молодцы, преодолели все трудности на своем пути. И в этом вам помогла дружба.

До свидания! (дети под спортивный марш выходят из зала).