

Конспект ООД по физической культуре в средней группе

Тема: «В гости к солнышку»

Место проведения: физкультурный зал

Цель: укрепление и сохранение физического и психического здоровья детей.

Задачи:

Оздоровительные:

- способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата;
- формировать и закреплять навык правильной осанки;
- развивать подвижность пальцев ног.

Образовательные:

- формировать навык ходьбы и бега с преодолением препятствий.
- совершенствовать умение детей сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске и модулям.
- совершенствовать умение выполнять общеразвивающие упражнения, дыхательные упражнения;
- упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;
- закреплять умение в подлезании под дугой прямо, не касаясь руками пола; в перелезании через модули;
- закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд с энергичным отталкиванием двумя ногами;
- в подвижной игре совершенствовать навыки бега с увертыванием.
- формировать умение соблюдать правила в подвижной игре.

Развивающие:

- развивать силу рук, ловкость, быстроту, координацию движений, гибкость, ориентировку в пространстве;
- развивать творческое воображение, внимание.

Воспитательные:

- воспитывать у детей чувство товарищества, взаимовыручки;
- воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, способствовать формированию положительных эмоций.
- воспитывать навык бережного отношения к спортивному инвентарю

Здоровьесберегающие технологии:

- Дыхательная гимнастика.
- Профилактика плоскостопия и формирование навыка правильной осанки.

Предварительная работа

Рассматривание иллюстраций и беседы по тематическому планированию «Весна».

Материалы и оборудование:

Ленточки по количеству детей, ориентиры, гимнастическая скамейка, мягкие модули, «Тропа здоровья», обручи, дуга, канат, музыкальный центр, аудиозапись для подвижной игры, мягкая игрушка «Солнышко» (п/и

«Солнышко и лучики»), плоскостные модели солнца – на каждого ребенка (сюрпризный момент).

Интеграция образовательных областей:

«Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие»

Методы и приемы

Методы	Приемы
Словесный	беседа, указания, подача команд, вопросы к детям, объяснение, инструкция
Наглядный	макет солнца, разметка поля, зрительные ориентиры, показ физических упражнений, имитация; наглядно — слуховой приём: удары в бубен ,сигнал свистка.
Практический	п/и «Солнышко и дождик», «Солнышко и лучики», дыхательное упражнение «Здравствуй, солнышко», выполнение заданий

Логика интеграции образовательных областей

Название образовательных областей	Реализуемые задачи	Мероприятия	Методы и приемы
«Физическое развитие»	сохранение и укрепление физического здоровья посредством участия в играх, выполнения физических упражнений, безопасное поведение в условиях специально организованной и самостоятельной деятельности		
«Социально-коммуникативное развитие»	доброжелательное отношение между детьми в процессе игрового взаимодействия, проявление адекватной реакции на эмоции других людей.		
«Познавательное развитие»	проявление любознательности, высказывание мнения, впечатлений, отражение		

	их в продуктивной деятельности		
«Художественно-эстетическое развитие»	владение техническими и изобразительными умениями при передаче художественного образа		

Хронометраж времени: 20мин

Ход ООД

Структурные части ООД/ хронометраж времени	Деятельность педагога	Деятельность детей	Методы и приемы	Ожидаемые результаты
Вводная часть 3 мин.	<p>1. Построение. Проблемно-игровая ситуация Ребята, отгадайте загадку к кому мы сегодня пойдём в гости. Загадка. В дверь, в окно Стучать не будет. А взойдёт И всех разбудит. (<i>Солнце.</i>) Пойдём в гости к солнышку?</p> <p>2. Перестроение Поворот на «Пра-во!»</p> <p>3. Ходьба с заданием: На носках, На пятках, Ходьба врассыпную, по залу.</p> <p>4. Бег с заданием: Боковым галопом правым (левым) боком. Подскоки</p> <p>5. Ходьба.</p> <p>6. Дыхательное упражнение.</p>	<p>Дети строятся в колонну по одному. Отгадывают загадку</p> <p>Выполняют перестроение. Идут на носках, на пятках.</p>		<p>Мотивация детей на выполнение задания Развивают творческое воображение, внимание.</p> <p>Умеют ориентироваться в пространстве Дети умеют бегать, выполняя боковой галоп, подскоки. Дети умеют расслаблять и восстанавливать организм после физической</p>

	<p>«Здравствуй, солнышко»</p> <p>7.Перестроение по звеньям</p>			<p>нагрузки и эмоционального возбуждения.</p>
<p>Основная часть (14мин)</p>	<p>1. О.Р.У. (с ленточками) - 5мин И.п.: ноги на ширине плеч, ленточка в обеих руках, руки опущены вниз 1- руки вперёд, 2- руки вверх, 3-4 и. п. (5 раз)</p> <p>И. п. о. с.: лента в левой руке, 1-2 руки через стороны вверх, переложить ленту в правую руку. 3-4 вернуться в и. п. (6 раз)</p> <p>И. п.: ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. 1- руки вперёд, 2- поворот туловища вправо, 3- руки вперёд. 4- и. п. тоже в другую сторону (6 раз)</p>			<p>Совершенствованы умения выполнять общеразвивающие упражнения с ленточками;</p> <p>Закреплен</p>

	<p>И. п.: ноги на ширине плеч, лента за спиной, 1- наклон вперед, руки назад, 2- и.п., 3-4 повторить (браз)</p> <p>И. п.- о. с. Наклон вперед, лента в обеих руках опущена вниз, перешагнуть через ленту правой и левой ногой вперед и назад (6 раз)</p> <p>И. п. - о. с. Прыжки на двух ногах чередуя с ходьбой (8 раз)</p> <p>Перестроение в колонну по одному (<i>Во время ходьбы дети складывают ленты в контейнер</i>)</p> <p>2. О. В. Д. Ребята! Мы до солнышка с вами не дошли. Отправляемся дальше. В путь. Что бы попасть в гости к солнышку. Вам нужно выполнить следующие задания. - Справимся? (<i>Ответы детей</i>) Перед нами бревно, а пройти нельзя, нам надо проползти. Подтягивание, на животе захватывая руками края скамейки (большой палец сверху, остальные снизу), ноги прямые. Подтягивание по гимнастической скамейке Зраза). А сейчас перед нами чаща нам надо подлезть и</p>			<p>навык бережного отношения к инвентарю Мотивация детей на выполнения задания</p> <p>Сформирован навык в подтягивании и по гимнастической скамейке Закреплены: умение в подлезании под дугой, в перелезании через модули.</p> <p>Сформирован навык правильной осанки.</p> <p>Закреплено умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед с энергичным отталкиванием двумя ногами.</p>
--	--	--	--	--

	<p>перелезть через упавшие деревья. Подлезание под дугой, прямо не касаясь руками пола. Подлезание (Зраза). Перелезание через модули боком (Зраза). Ходьба правым (левым) боком по канату, по «Тропе здоровья».</p> <p>А теперь по узенькой дорожке шагают наши ножки. Приставным шагом, руки на пояс, спина прямая. Обычным шагом. Прыжки из обруча в обруч Перед нами болото. Нужно с кочки на кочку перепрыгнуть. Прыжки на двух ногах, энергично отталкиваясь двумя ногами, приземляться на полусогнутые ноги. Построение в круг Считалка. Вот прошёл весенний дождик- И повсюду лужицы. Солнце вышло из-за тучки И на небе кружится, В небе синем кружится Отражаясь в лужицах. Ты не веришь! Выходи! Да на солнце погляди! Подвижная игра «Солнечные лучики» (2мин.) Выбирается водящий «Солнышко» с помощью считалки, остальные ребята «Лучики» (у каждого из детей ленточки,</p>			<p>Воспитывает у детей чувство товарищества, взаимовыручки. Совершенствованы навыки бега с увертыванием.</p>
--	--	--	--	---

	закрепленные за одежду). По команде «Раз, два, три. Солнышко – лучики лови» «солнышко бегают за «лучиками» и выхватывают ленточки.			
Заключительная часть (3 мин)	<p>Подвижная игра «Солнышко и дождик». На внимание.</p> <p>Становитесь парами. Будьте внимательны. На сигнал «Солнышко» - ходьба по залу, на сигнал «Тучка» - ходьба парами. На сигнал «Дождик» необходимо присесть, руками обхватить колени, голову наклонить вперед.</p> <p>Построение в колонну по одному</p> <p>Сюрпризный момент.</p> <p>Эти маленькие солнышки. Я хочу подарить их Вам, чтобы они показали Вам короткий путь в группу, и Вы вспоминали о нашем путешествии.</p> <p>Итог занятия.</p> <p><i>Каждому ребенку дарится по модели солнца.</i></p> <p>Выход из зала.</p>			Активизируется внимание, сформировано умение соблюдать правила в подвижной игре

