

Конспект ООД "Морское путешествие".
Образовательная область «Физическое развитие»
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 соперничества, 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!

Воспитатель:

-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. Ну что, готовы? Тогда в путь!

II. 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.

Перестроение для ОРУ (через центр в колонну по три-марш)

11. Основная часть

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

- Заборчик» (Глаза вверх, вниз).
- «Стрельба глазами» (Водим глазами вправо, влево).
- «Совёнок» (Вращаем глазами по часовой стрелке, «рисую в пространстве» максимально большой круг. Вращаем глазами против часовой стрелки)
- «Мотылёк» (Глаза закрываем, открываем)

Воспитатель: Открываем глаза. Вот мы и оказались на дне морском.

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»

И. п. – 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»»

И.п.- 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»

И.п. 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

6. «Морская звезда» (прыжки)

И. п. – о.с.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.

И.п. – о.с, руки вниз. Плавно поднять вперёд, 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 с скамейки на согнутые две ноги, руки вперед.

Совершенствовать функцию равновесия. Держать ровно спину.

Перестроение в круг.

Подвижная игра «Рыбак и рыбки»

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений;

Дети стоят в кругу. По считалке выбирают рыбака. Пальчиковая гимнастика.

Рыбка плавает в водичке.

Рыбке весело играть.

(Плавные движения кистями)

Рыбка, рыбка, озорница,

(погрозить пальчиком)

Мы хотим тебя поймать.

(хлопок "круглыми" ладошками)

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 в рассыпную. Упражнения с массажными мячиками (под спокойную музыку)

Игра – релаксация «На берегу моря»

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

Ход игры: дети ложатся на спину, расставив руки и ноги в стороны, и закрывают глаза.

Водящий (взрослый) включает музыку «Шум моря» и начинает описывать берег моря, шум волн, как греет солнце, предлагая детям представить самостоятельно эту картинку, «ощутить» ее.

Ребята славно потрудились

Реснички опускаются,

Глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Дышим легко, ровно глубоко.

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.

Мы хорошо отдохнули, набрались сил. Мы делаем глубокий вдох и открываем глаза. На наших лицах добрая и веселая улыбка.

Построение в шеренгу. На месте стой. Налево. Равняйся! Смирно! Вольно.

IV Заключительная часть.

-Ой, смотрите какая-то бутылка, а в ней что-то лежит. Так это записка!

Читает записку:

«Тот, кто найдет это послание. Ожидает встреча с самой жемчужиной.

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. Я прощаюсь с вами, удачного возвращения в детский сад»*

Воспитатель:

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

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

Литература:

1. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду» 2009г.
2. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду» 2008г.
3. Интернет-ресурсы.

Рейтинг материала: