

**Конспект игровой ситуации
по физкультуре с детьми подготовительной группы
«ЮНЫЕ ГИМНАСТЫ»**

Старший воспитатель
Алексян Т.В.

Тип: физкультурно – оздоровительный

Вид: физическая культура

Цель: «Приобщение воспитанников детского сада к спорту посредством введения на занятиях элементов гимнастики, ознакомление с основами здорового образа жизни».

Оборудование: гимнастическая скамья, мультимедийный экран, «Султанчики»

Программное содержание:

1. Образовательные задачи:

- закреплять технику ходьбы по гимнастической скамейке с элементами гимнастики.

- закреплять умение выполнять танцевальные движения в дополнение к акробатическим упражнениям;

- совершенствовать навыки самостоятельного построения и перестроения в колонну, в шеренгу, используя звуковые сигналы;

2. Развивающие задачи:

- развивать физические качества: ловкость, быстроту, равновесие, гибкость, силу, общую выносливость;

- содействовать развитию творческой двигательной деятельности в сочетании с музыкой различного характера, чувством ритма и образно-игровых представлений;

3. Формирующие задачи:

- формировать правильную осанку, сохранять и развивать гибкость и эластичность позвоночника и подвижность суставов, укреплять способность мышц сокращаться, растягиваться и расслабляться;

- формировать навык ориентировки в пространстве быстрой сменой положения тела и направления, неожиданными остановками, навыками выразительности и пластичности;

- продолжать формировать умение управлять своим телом в движении, сохраняя равновесие и равномерное дыхание.

4. Воспитывающие задачи:

- воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями;

-воспитывать позитивные качества характера (находчивость, взаимопомощь, смелость, умение соперничать, умение работать в коллективе, сила воли, целеустремленность, эстетические потребности личности ребенка).

5. Задачи валеологии:

- содействовать формированию представления о строении тела человека и

функционировании основных органов и систем организма, обратив особое внимание на взаимосвязь физических и психических функций организма.

Вводная часть: Построение в одну шеренгу.

Педагог- Здравствуйте, ребята! Сегодня я хочу предложить вам побывать на настоящей тренировке, потренироваться, как тренируются самые настоящие спортсмены. Если вы согласны, присаживайтесь на наши коврики.

А сейчас у меня для вас есть интересное задание.

Скажите, какую гимнастику вы знаете?

Ответы детей:

-утреннюю

- силовую

-спортивную

-пальчиковую

Педагог: Хорошо, ребята, вы мне очень помогли. Я хотела вам рассказать о художественной и спортивной гимнастике. Посмотрите на экран.

В художественной гимнастике в упражнениях используют предметы: мяч, (Слайд № 1) обруч,(слайд № 2) булавы,(слайд № 3) гимнастическую ленту.(слайд № 4).

В спортивной гимнастике выполняют упражнения на снарядах: на брусках (слайд № 5), на гимнастическом «коне» (слайд № 6), выполняют акробатические элементы в вольных упражнениях(слайд № 7) и выполняют упражнения на « бревне»(слайд № 8).

Картинка со слайдом остается на экране.

Чтобы стать хорошим спортсменом, надо уметь делать хорошую разминку.

Начинаем разминаться!

Ребята идут по кругу. Ходьба с движениями (руки вверх, руки в стороны, три хлопка , руки в стороны, руки вверх, три хлопка) , логоритмика:

Утром гномы в лес пошли

По дороге гриб нашли

А за ним-то- раз, два, три показались еще три.

И пока грибы срывали,

Гномы в садик опоздали

Побежали, поспешили и грибы все уронили.

Бег по кругу, бег «змейкой», ходьба по кругу, перестроение в колонну по четыре к ориентирам (4 кегли-синяя, красная, желтая, зеленая). Капитан каждой группы подходит к кеглям и останавливается.

Педагог: Ребята, давайте проверим, кто быстрее построится?

Под музыку ребята рассыпаются «горошком» по залу. По сигналу (останавливаем музыку) ребята должны построиться в колонну у своей кегли. Играем еще раз.

Педагог: Разминка еще не закончилась. Приступаем к выполнению комплекса обще 1- развивающих упражнений в парах с мячом. Ребята в колоннах поворачиваются лицом друг к другу, образуются пары для выполнения упражнений.

Педагог дает ребятам мячи. Мяч у каждого ребенка.

1. Исходное положение- основная стойка. Мяч в руках внизу.
 - 1-2- поднять мяч вверх, коснувшись мячом мяча своего партнера.
 - 3-4- опустить мяч в и.п. 6-8-раз
2. Исходное положение- основная стойка. Лицом друг к другу. Мяч внизу.
 - 1-2- наклон в сторону, мяч влево.
 - 3-4- вернуться в и.п. 6-8 раз
 - 5-6- наклон вправо. Мяч вправо.
 - 7-8-и.п.
- 3.И.п.- о.с. Мяч в руках внизу.
 - 1-2-3-4- круг мячом вправо.
 - 5-6-7-8- круг мячом влево. 6-8 раз.
- 4.И. п. – лицом друг к другу, мяч внизу.
 - 1-2- наклон вперед, передать мяч партнеру.
 - 3-4- вернуться в и.п.
 - 5-6- наклон вперед, передать мяч
 - 7-8- вернуться в и.п.
5. И.п.- о.с. Спинай друг к другу. Мяч внизу.
 - 1-2-3-4- Наклон с мячом вниз, перекатить мяч партнеру, выпрямиться.
 - 5-6-7-8- наклон, перекач мяча, и.п. 6-8раз
6. И.п.- о.с. Мяч на полу.
 - 1-2-3-4- прыжки вокруг мяча в одну сторону
 - 5-6-7-8- прыжки в другую сторону. 8-10раз

Ходьба на месте .Перестроение в колонну по одному для выполнения задания основной части .

Основная часть.

Педагог: -А сегодня я предлагаю выполнить упражнение на «бревне», у нас «бревно» заменит гимнастическая скамья.

Построение. Перестроение в колонну по два. Упражнение выполняется на двух скамейках поточно - групповым способом с индивидуальным подходом.

Помогает детям инструктор и воспитатель.

Выполнение упражнения:

1. Руки на поясе, подняться на скамейку
2. Сделать три шага на носках, приставить ногу, остановиться.
3. Сделать « пружинку».
4. Пройти три шага по скамейке, остановиться.
5. Одну ногу поставить на носок, сделать шаг.
6. Присесть, руками взявшись за края скамейки.
7. Выпрямиться, одну ногу отведя назад, на носок.
8. Пройти на носках до конца скамейки, приставить ногу.
9. Спрыгнуть с конца скамейки, приземлившись на две ноги на мат, выпрямиться ,сделать шаг в сторону, уйти с мата.

Упражнения можно делать по два или три подхода.

Педагог : - Ребята, вам понравилось? Вы почувствовали себя настоящими гимнастами? А хотите поиграть?

Давайте поиграем в игру « Найди свою команду»

Правила игры: Все игроки делятся на три команды: «Гимнасты», «Боксеры», «Футболисты». Игроки из каждой команды образуют малый круг, из которых строится большой. Ведущий стоит в центре и подает команду, например: «Боксеры!» Каждый «боксер» выбегает из своего круга и бежит в другой. Ведущий в это время старается занять место в малом кругу, стать одним из «боксеров». «Лишний» игрок становится ведущим и, продолжая игру, кричит: «Гимнасты!» И так далее. Победителем считается игрок, который не был ведущим.

Заключительная часть.

Дети садятся в круг. Дыхательные упражнения.

Педагог: Ребята, как настроение? Как самочувствие? Понравилось вам занятие? А что вы узнали нового? А чему вы сегодня научились? А в чем секрет здоровья?

Дети:

«Кто спортом занимается, тот в жизни улыбается.

Здоров и весел он всегда, не унывает никогда.

Нет рецепта в мире лучше, будь со спортом неразлучен.

Проживешь 120 лет - вот в чем кроется секрет!»

Педагог—Спасибо вам, ребята! Очень рада была нашей встрече! До свидания!

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Методика Л.И.Пензулаевой «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста».
- 2.Р.А.Юдина «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет».
- 3.Л.Ф.Тихомирова «Упражнения на каждый день».
- 4.Э.Я Степанкова «Физическое воспитание в детском саду».
- 5.М.Д.Маханёва «Программа оздоровления детей дошкольного возраста».

Приложение:



Слайд 1



Слайд 2



Слайд 3



Слайд 4



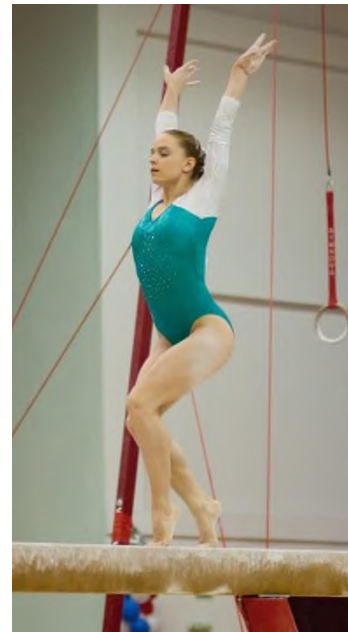
Слайд 5



Слайд 6



Слайд 7



Слайд 8