Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Буратино» с. Чунояр

нод физическая культура

Конспект сюжетно-игрового занятия

«Встреча с доктором Айболитом»

(подготовительная группа)

Составила:

Инструктор99 по физической культуре
О. Д. Тухбатулина

с. Чунояр

2017г

Цель: Учить детей ставить перед собой цель и достигать ее, преодолевая различные проблемные ситуации, вырабатывая в себе необходимые для этого психологические и физические качества.

Задачи:

Образовательные: Формирование правильной осанки, приобщение к здоровому образу жизни. Дать детям понятие о том, что физкультура оздоравливает, закаляет и развивает физические качества.

Развивающие: Развитие внимания; моторики мелких мышц и координационные способности.

Воспитательные: Воспитывать у детей желание заботиться о своём здоровье; Воспитывать целеустремленность, настойчивость и чувство товарищества при проведении коллективных игр.

Материал и оборудование: Мешочки с песком по количеству детей; мяч 2шт.; корзины для метания в цель; гимнастические 2шт.; конусы разметочные 8шт.; дорожка балансир 2шт.

Ход развлечения.

Инструктор: Ребята, сядьте по удобнее, закройте глаза, одну руку положить на лоб, другую - на затылок и слушаете мои слова: «Вы успокоились, ничто не будет отвлекать вас. Ваше внимание сосредоточено на том, чем мы будем заниматься на занятие здесь и сейчас!» Повторите за мной: «Мы будем внимательно слушать, энергично и точно выполнять все движения. Будем добрыми и дружелюбными» (в это время входит Айболит). Дети открывают глаза и видят доктора Айболита.

Айболит приветствует детей, проверяет их осанку, слушает, спрашивает, кто дома занимается гимнастикой, следит за правилами гигиены (в форме профилактической беседы).

Ответы детей…

Айболит: очень рад я вас здесь встретить,

Но прошу всех мне ответить,

Любите вы быть здоровы

Или любите болеть?

Думаю, вы все готовы

В страну Здоровья полететь.

В стране чудесной той, ребята,

Зовут себя все – доктора.

Массаж, зарядку по утрам

Все делают, не ленятся.

С такими детками болезнь

Всегда боится встретиться.

Хотите, вас я научу массажу и зарядку?

Тогда дружнее повторяйте все порядку.

Инструктор: И.П. – сидя на пятках, подогнув пальцы.

Встанем быстро на колени,

Прижмем друг к другу пятки

Растирать начнем без лени

Ладошки, докторятки.

(Растирание ладоней, круговыми движениями).

Спину прямо всем держать,

Голову не опускать

Погладим лоб и щеки

(Растирание, поглаживание щёк и лба ладонями).

Ушки наши разотрем

И после этого массажа

Зарядку делать все начнем.

(Растирание ушей пальцами).

Эта зарядка, мои докторятки,

Поможет вам стройными стать.

Это мешочек вовремя зарядки

Не должен с головки упасть.

(Сохранять равновесие с мешочком на голове).

Инструктор: А теперь выполним упражнения для правильной и прямой осанки. Их нужно выполнять, не уронить мешочек.

И.П. – стоя, руки на поясе, мешочек на голове. Медленно подняться на носочки, отвести локти назад, слегка прогнуться. Вернуться в И.П. Слегка прогибаясь, левую, а затем правую ногу отвести назад, на носок. Вернуться в И.П.

И.П. – стоя, ноги в месте, руки в низу, мешочек на голове.

1- поворот туловища влево, руки в стороны. 2 -вернуться в И.П.

3 - поворот туловища вправо, руки в стороны. 4 -вернуться в И.П.

И.П. –стоя ноги в месте, руки в низу, мешочек на голове.

1- поворот туловища влево, руки в стороны. 4- вернуться в И.П.

И.П. – О.С., руки на поясе, мешочек на голове. Поднять правую затем левую согнутую ногу, разогнуть, согнуть. Вернуться в И.П.

И.П. – О.С., мешочек на голове. Присесть, руки в стороны. Вернуться в И.П.

И.П. – О.С., ходьба на месте с мешочком на голове.

Инструктор:

Ещё один совет я дам:

Чтобы меньше бегать к докторам,

Водой обливаетесь, себя закаляйте,

Побольше ходите пешком и играйте.

Играя, вы станете ловкими, смелыми,

Друзей будет много у вас.

Не будем откладывать эту затею –

Сыграем мы прямо сейчас.

Айболит: Да я, хочу посмотреть какие ребята ловкие, гибкие, сильные, выносливые. Дети строятся в шеренгу, показывают доктору спортивную выправку, выполняют повороты направо, налево. Потом идут спортивной ходьбой змейкой в ходьбе перестраиваются в пары, в колону. Инструктор направляет. Айболит поощряет детей.

Игра «Передал – садись»

Дети делятся на две команды и выстраиваются одна параллельно другой. Каждая команда выбирает капитана, который встает напротив своей команды на расстояние 2-3 метров. У капитанов в руках по мячу. По сигналу ведущего капитан бросает мяч первому игроку в своей команде. Тот ловит, возвращает капитану и сразу приседает. За тем капитан обменивается передачами со вторыми, третьими и остальными игроками команды. Каждый игрок, вернув мяч капитану, приседает.

Эстафета «Бег препятствиями».

Эстафета «По следам» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед).

Айболит: «Чтобы в цель попасть, надо метким стать, а чтобы далеко бросать, надо силы брать».

Эстафета «Попади в цель» Первая подгруппа выполняет метание в цель, вторая – метание вдаль.

Инструктор: Айболиту пришло время прощаться.

Айболит: До свидания, друзья!

Мне пора в путь – дорогу.

Другими ребятишками спешу на подмогу.

Надеюсь, советы мои не забудете,

Выполняйте всегда их-

Здоровыми будете.

Литература:

1. О.А Скоролупова, Т.М Тихонова «Игра – как праздник!» Москва 2006
4. Л.И.Пензулаева Оздоровительная работа в ДОУ2012г Мозаика-Синтез.
2. М.А. Рунова. Дифференцированные занятие по физической культуре с детьми 5-7 2005 Просвещение (Дошкольный мир)