

Конспект НОД по принципу двигательно - игровой деятельности
«Зимушка-зима – спортивная пора»
в области «Физическая культура»
с детьми среднего дошкольного возраста, разработан в соответствии с
тематической неделей «Зима».

Инструктор по физической культуре Нуйкина Ольга Владимировна
МБДОУ детский сад №397 «Берёзка» г. о. Самара

Цель: Создание условий для укрепления физического и психического здоровья детей, улучшение их двигательного статуса, формирование морально-этических качеств, личности через двигательно-игровую деятельность.

Задачи:

Развивающие:

- Развивать и совершенствовать у воспитанников двигательные умения и навыки;
- Развивать у воспитанников организованность, самостоятельность, инициативность, умения поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;

Обучающие:

- Расширять представление детей о важности для здоровья движений;
- Формировать правильную осанку;
- Формировать представления о здоровом образе жизни;
- Закрепить умение энергично отталкиваться и приземляться в прыжках;
- Формировать навыки безопасного поведения в использовании спортивного инвентаря.

Воспитательные:

- Приобщать к регулярным занятиям физкультурой;
- Продолжать формировать эмоционально положительное отношение и интерес к движениям;
- Воспитывать умения договариваться в процессе выполнения двигательных упражнений, соревновательного характера;
- Воспитывать целеустремлённость, настойчивость и чувство товарищества при проведении коллективных эстафет.

Предварительная работа с детьми в ходе режимных моментов:

Познакомить детей с доступными сведениями из олимпийского движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале.

Рассматривание картинок с разными видами спорта, просмотр мультипликационных фильмов «Шайбу, шайбу», «На катке» и другие.

Предварительная работа с родителями:

Провести консультацию на тему «Воздействие образа жизни семьи на здоровье ребёнка», ориентировать родителей на формирование у ребёнка положительного отношения к физкультуре и спорту. Изготовление нестандартного оборудования (плоскостные снежинки, мягкие снежков, тоннели) символики; рекомендовать чтение стихов, художественной литературы о спорте, просмотр телевизионных передач, мультипликационных, художественных фильмов на спортивную тематику.

Материальное обеспечение:

- гимнастические скамейки 2 штуки,
- тоннель,
- шнур,
- мягкие снежки,
- 3 корзины,
- 2 ложки,
- плоскостные снежинки,

- 2 теннисных шарика,
- 2 стойки,
- санки-ледянки 2 штуки,
- обручи 3 штуки,
- гимнастический бум,
- 3 кубика высотой 5-10 см.

Ход двигательно-игровой деятельности

1 станция «Попадайка»

Чтобы попасть на эту станцию, придется пробираться по снежным лабиринтам:

1. *проползти под натянутой верёвкой, на четвереньках с опорой на колени и ладони;*
2. *через тоннель, ползание на четвереньках с опорой на колени и ладони;*
3. *по скамейке, ползание на высоких четвереньках с опорой на стопы и ладони.*

Педагог обращает внимание, что после ползания необходимо выпрямиться и потянуть руки вверх.

Вот мы и добрались, чтобы отправиться дальше, как можно больше снежков забросить в корзину

Метание матерчатых мячиков в горизонтальную цель - расстояние 2-2,5 м

2 станция «Удержайка»

На этой станции нашими помощниками будут ловкие руки, потренируем их:

1. *ходьба с разным положением рук (руки вверх - в стороны =- вниз);*
2. *ходьба на носках, пронести в ложке снежок;*

3. *ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны, на ладошках снежинки.*

3 станция «Пролезайка»

Вы уже догадались, чтобы добраться туда, надо показать, как мы умеем лазать:

1. *перелезание через бум боком на высоких четвереньках, с опорой на ладони и стопы;*
2. *подлезание под верёвку вперёд не касаясь руками пола;*
3. *пролезание в обруч боком.*

Педагог продолжает обращать внимание лазания, необходимо выпрямиться и потянуть руки вверх.

4 станция «Обегайка»

На эту станцию помогут нам добраться лошадки:

1. *бег с высоким подниманием колен;*
2. *прямой галоп;*
3. *бег с ледянками.*

Дыхательное упражнение (во время ходьбы поднимаем руки ладонями вверх, ловим снежинки - выполняя носом вдох, подносим ладони ко рту, сдуваем снежинки – выдох)

Снова нашим ножкам придётся нас выручать, до следующей станции помочь нам доскакать.

5 станция «Попрыгайка»

- 1- *прыжки на двух ногах с продвижением вперёд;*

2- прыжки из обруча в обруч;

3- через 3 предмета высотой 5-10см.

Дыхательное упражнение (во время ходьбы наклон вперёд, собираем ладонями снег – вдох, руки вверх, подбрасываем снег – выдох)

Молодцы ребята, на всех спортивных станциях смогли побывать. Зимуще-зиме свои умения показали. За это на станции «Поищи» она спрятала для вас свои угощения. Вы загадку отгадайте и сразу узнаете, что вам нужно найти.

Бел как снег – любят его все.

В рот попал – там и пропал. (Сахар)

Педагог угощает детей кусочками сахара.

Используемая и предлагаемая литература:

- Викулов А.Д. «Развитие физических способностей детей», 2005
- Муравьев В.А., Назаров Н.Н. «Воспитание физических качеств», Москва 2008
- Оздоровительная работа в ДОУ, издательство «Учитель»
- Спортивные праздники и развлечения в детском саду