

«В поисках книги Северных сказок»

Физкультурное занятие для детей подготовительной к школе группы
с элементами игрового стретчинга.

Цель: Укреплять и сохранять здоровье детей.

Образовательные задачи:

- формировать умение правильно выполнять упражнения игрового стретчинга;
- закрепить умение прыгать на двух ногах из обруча в обруч;
- упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании на высоких четвереньках.

Оздоровительные задачи:

- способствовать формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;
- развитию координации движений, силы, гибкости.

Воспитательные задачи:

- воспитывать у детей стремление выполнять упражнения самостоятельно и правильно;
- воспитывать у детей интерес и желание больше узнать о родном крае, о жизни коренных народов Севера.

Материалы и оборудование: карточки с заданиями, сундук, книга сказок, интерактивная доска, CD – приграватель, песня «Вместе весело шагать» Матусовского М. и Шаинского В., песня «В гостях у сказки» из фильма «Там, на неведомых дорожках», индивидуальные коврики, текст сказки «Идэ», гимнастическая скамейка, обручи, кегли.

Ход занятия:

Дети заходят в спортивный зал и строятся в шеренгу по росту.

Инструктор: Здравствуйте, ребята, а вы любите сказки? (Да) Я тоже очень люблю сказки, особенно сказки народов Севера. Да вот беда, потеряла я книгу Северных сказок. Вы ее не видели? (Нет) Вот, решила пойти поискать книгу, да скучно одной идти. Может, мы отправимся вместе? (Да) Но где нам ее искать, куда идти? Ребята, есть у меня чудо-экран, может он поможет и покажет, где книга находится?

Звучит песня «В гостях у сказки», на экране золотое блюдечко с наливным яблочком.

Следующее изображение на экране - волшебный сундучок.

Инструктор: Ребята, мне кажется, на экране подсказка. Посмотрите, это волшебный сундучок. В зале стоит такой же, может в нем моя книга?

Инструктор открывает сундучок и достает карточки с цифрами.

Инструктор: Цифры какие-то, а где книга сказок? Ребята, попробуем разложить цифры по порядку.

Дети раскладывают цифры по порядку.

Инструктор: Я, думаю, не зря волшебный экран нам указал на карточки, посмотрим, что они хотят нам сказать?

Карточка №1 Выполнение общеразвивающих упражнений.

Инструктор: Мы выполним разминку и посмотрим следующую карточку! Группа, направо, на месте шагом марш, вперед шагом марш, в колонну по два шагом марш!

Дети выполняют общеразвивающие упражнения по показу инструктора под песню «Вместе весело шагать» Матусовского М. и Шаинского В.

Пересроение в колонну, затем в шеренгу по одному.

Инструктор: Мы выполнили первое задание, можно открыть следующую карточку.

Карточка №2. Круговая тренировка.

Инструктор: Ребята, на карточке показана круговая тренировка. Кто расскажет, какие виды движений изображены на карточке? (Ответы детей) Предлагаю выполнить это задание.

Группа направо, на месте шагом марш, вперед шагом марш!

Дети выполняют основные виды движений поточно.

Основные виды движений:

Ходьба по гимнастической скамейке.

Прыжки из обруча в обруч.

Ползание на высоких четвереньках между кеглями.

Инструктор: Молодцы, ребята, выполнили все движения правильно быстро. Посмотрим, что же скрывает третья карточка?

Карточка №3. Упражнения игрового стретчинга на индивидуальных ковриках.

Инструктор: Нам предлагают выполнить упражнения на ковриках. Выполним упражнения, и может тогда моя книга сказок найдется! Группа направо, шагом марш!

Дети по ходу движения забирают индивидуальные коврики и возвращаются на место. Под последним ковриком лежит книга.

Инструктор: Ребята, посмотрите, вот где я оставила свою книгу Северных сказок! (Листает книгу) Это мои самые любимые сказки! А, хотите, я вам расскажу сказку? (Ответы детей) А чтобы вам было удобнее слушать сказку, я предлагаю вам занять домики. Сейчас я досчитаю до пяти, а вы спокойно, не мешая друг другу, займете домики и встанете в центр ковриков, лицом ко мне. Раз, два, три, четыре, пять!

Дети под счет подходят к кружочкам, кладут на них коврики и встают в центр коврика, лицом к инструктору.

Инструктор: Сядем удобно: и.п.: сидя на пятки, спина прямая, взгляд направлен вперед, руки на середине бедра ладонями вниз. Пальцы вместе. Локти направлены назад.

Дети садятся на коврики и принимают исходное положение.

На экране изображение стойбища.

Инструктор: Скажите, ребята, в каком регионе мы живем? Какие северные народы проживают на Ямале? (Ответы детей) Я расскажу вам хантыйскую сказку «Идэ»

Сказка «Идэ»

На далеком стойбище жил мальчик Идэ. Жил он вместе с родителями и сестрой. Однажды отец ушел ловить рыбу, а мама готовила обед, Идэ стало скучно, и он отправился погулять в лес. (*Упражнение «Ходьба»*) Он шел по тропинке и любовался природой. Вдруг он увидел на ветке птицу. (*Упражнение «Птица»*) Птица посматривала по сторонам и клевала шишку. Идэ взмахнул руками, птица испугалась и улетела. Мальчик немного постоял и пошел дальше. Шел, он шел, и увидел большую елку. (*Упражнение «Елочка»*) Пригляделся мальчик, а под елочкой зайчик сидит. (*Упражнение «Зайчик»*) Испугался зайчик и быстро убежал, только Идэ его и видел. Долго гулял мальчик, проголодался, решил вернуться домой и побежал по тропинке. (*Упражнение «Бег»*) Вскоре показалось его родное стойбище. Идэ зашел в чум, а там уже отец и мать ждут его к обеду. «Как хорошо дома!» - подумал Идэ и сел обедать.

Инструктор: Понравилась вам сказка? Сейчас я досчитаю до пяти, а вы спокойно, не мешая друг другу, отнесете коврики на место и встнете на свои места в шеренге. Раз, два, три, четыре, пять!

Дети под счет складывают коврики на место и строятся в шеренгу.

Инструктор: На Ямале часто дуют ветры. Давайте ребята встанем в круг и поиграем в игру «Дуют ветры на Ямале».

Дети встают в круг и выполняют дыхательную гимнастику.

Дыхательное упражнение «Дуют ветры на Ямале»

Дуют ветры на Ямале

Дети выполняют вдох и поднимают руки вверх

У-у-у.

Дети выполняют выдох и опускают руки вниз

Но мы так весело играем

Дети выполняют вдох

Ветра мы не замечаем.

Дети выполняют выдох и хлопают в ладоши

Инструктор: Группа, стройся, равняйся, смирно! Спасибо, ребята, что правильно выполнили все задания и помогли мне найти мою книгу северных сказок. До свидания, ребята.

Дети перестраиваются в колонну по одному уходят из зала.

Список литературы:

1. Назарова А. Г.. Игровой стретчинг. Методика работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Санкт – Петербург, 2013
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе. МОЗАИКА – СИНТЕЗ. Москва, 2012