

Конспект непосредственно образовательной деятельности

«Путешествие до озера Байкала»

Подготовительная группа

Интеграция образовательных областей: «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», «Социализация», «Коммуникация», «Познание», «Музыка».

Программные задачи:

Образовательная область «Здоровье»:

- Развивать творчество, самостоятельность и инициативу в двигательных действиях;
- Воспитывать волю, желание заниматься физической культурой и спортом;
- Формировать начальные представления о двигательной культуре

Образовательная область «Физическая культура»:

- Развивать физические качества детей старшего дошкольного возраста выносливость, силу, ловкость, быстроту, гибкость и пластичность;
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, в выполнении различных видов ходьбы и ползания;
- Развивать координацию движений и ориентировку в пространстве;
- Формировать у детей потребности двигательной активности

Образовательная область «Безопасность»:

- Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья

Образовательная область «Социализация»:

- Развивать волевые качества: подчиняться требованиям взрослого;
- Формировать умение договариваться, помогать друг другу;
- Воспитывать доброжелательность и уважение друг к другу, умение действовать в команде

Образовательная область «Познание»:

- Развивать познавательную активность;
- Формировать и закреплять ориентировку в пространстве и количественных представлений в физических упражнениях;

Образовательная деятельность «Коммуникация»:

- Развитие свободного общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования;
- Развивать игровое общение

Образовательная область «Музыка»:

- Развивать навыки танцевальных движений, умение выразительно и ритмично двигаться в соответствии с характером музыки, передавая эмоционально-образное содержание;
- Развивать гибкость и пластичность, координацию рук и ног при выполнении элементов партерной гимнастики;
- Формировать творческое начало: «ритмическое фантазирование»;
- Способствовать созданию атмосферы радости

Оборудование: музыкальный центр, аудио и видеозаписи, телевизор.

Ход деятельности.

Вводная часть(5мин)

Звучит музыка, дети выходят и встают полукругом.

Инструктор: Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами продолжаем путешествие по России и должны выйти к берегам самого удивительного и красивого озера озеру Байкал! Но путь нам предстоит непростой! Много препятствий на пути встретится – горы высокие, болота непроходимые, реки быстрые (*речь педагога сопровождаются слайдами*).

Прежде чем отправиться в путь я предлагаю всем встать в круг и сделать переключку, чтоб никого в пути не потерять. Лиза начинай!

Переключка «Ритм имени» (1 мин) (*элемент эвритмической гимнастики*)

(каждый ребёнок должен назвать своё имя и прохлопать его в ладоши).

Инструктор: Молодцы! А знаете ли вы ребята, что в озеро Байкал несут свои воды много Сибирских рек и речек! С какими реками в Восточной Сибири вы уже успели познакомиться? (ответы детей: Енисей, Лена, Тунгуска). Молодцы, ребята! А реки в России плавные, красивые, тягучие.....где прямо бегут, а где петляют. Так и мы с вами, окажемся на одной из таких рек. Давайте возьмёмся за руки, слушая музыку, за мной, на носочках поплывём....

Танцевальный этюд «Река»

Время	Содержание	Примечание
3 мин.	<u>Основные виды шагов:</u> <ul style="list-style-type: none">✓ основной танцевальный шаг;✓ шаг на носочках;✓ шаг перекатом с пятки на носок;✓ ходьба в полуприседе; <u>Танцевальный рисунок:</u> <ul style="list-style-type: none">✓ круг;✓ диагональ;✓ «ручеек»;✓ «клубок»;✓ «косичка», «прочес»	Развивать координацию движений и ориентировку в пространстве

Основная часть (25 мин)

Инструктор: Ребята, смотрите, а река – то нас вами разделила! Мальчики оказались на одном берегу, а девочки – на другом!

Элементы партерной гимнастики

Время, дозировка	Содержание	Примечание
10 мин	<p>Разминка на все части тела:</p> <ul style="list-style-type: none"> • голова (вверх-вниз, полукруговые вращения, круговые вращения, вытягивание подбородка вперед, повороты головы, посмотреть за плечо); • плечи: поднять-опустить, вращения поочередное и одновременно вперед-назад; руки: подъем на 90 градусов, вверх поочередное и одновременно двумя, «волна»; • кисти рук: вращения поочередное и одновременно вперед-назад, подъем вверх поочередное и одновременно двумя; • различные наклоны тела (вперед, в стороны) с увеличивающейся амплитудой. 	
	<p>Сидя, руки возле себя на полу, спина прямая, ноги вместе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - наклоны вперед, положить грудь на колени • - растяжка, ноги в стороны – потянуться • - наклоны вперед (ноги раскрыты, широко открыты, ноги вместе) • - «книга» • «паровозик» с продвижением вперед - назад 	
	<p>Лежа на спине, руки в стороны на уровне плеч, ладони вниз:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - носки ног на себя, от себя «натянуть», сжать пальцы, разжать, вернуться в и. п. • - круговые вращения стоп ног (поочередно и вместе) • - смена натянутых стоп • - «цветок» - раскрыть ступни ног, коснувшись мизинцем пола (при этом следить, чтобы спина и «хвостик» не отрывался от пола), вернуться в и. п. • - обхватить колени двумя руками поочередно, не поднимаясь и не отрываясь спиной от пола, • - поочередный подъем прямых ног (резко поднять, медленно опустить) • - подъем двух ног • -медленно опускаем ноги, потянуться и переходим к положению сидя. 	
	<p>Лежа на животе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - «змейка» (подъем головы, прогнуться и зашипеть) • - «лодочка»; • - «корзинка» 	
	<p>Стоя на коленях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «катится колобок» (поочередное приседание на правое и левое бедро) - броски ног назад с различной амплитудой - махи ногами, лежа на боку -«уголок» (ноги на 90 градусов) -«уголок» (ноги подтянуть к себе) 	

	- «МОСТИК»	
	Растяжки: «сложиться книжечкой», растяжка ног в положении полуприседа и т.д.	

Инструктор: Молодцы, ребята! Реку мы с вами преодолели. А впереди – болото непроходимое! Девочки – “кочки”, примите исходное положение. А мальчикам предстоит преодолеть болото.

Упражнение «Преодолей болото»

<i>Время, дозировка</i>	<i>Содержание</i>	<i>Примечание</i>
<i>1 раз 3 мин</i>	<ul style="list-style-type: none"> • девочки принимают упражнение на выразительность «Кочка» • мальчики поточным способом выполняют прыжки на двух ногах с продвижением вперед «змейкой» 	

Инструктор: Молодцы, отважные путешественники! А теперь перед нами – горы высокие! Как же нам с вами их преодолеть? (ответы детей) А давайте пройдем сквозь гору – по туннелю. А мальчики нам в этом помогут. Мальчики, принять исходное положение!.....Туннель становится уже, ниже. Девочки, принять исходное положение!

Упражнение «Горный туннель» (упражнение на взаимодействие)

<i>Время, дозировка</i>	<i>Содержание</i>	<i>Примечание</i>
<i>2 раза 5 мин.</i>	<p><u>1 способ:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • мальчики встают друг напротив друга, соединив ладони; • девочки проходят по туннелю, выполняя ходьбу в полуприседе, руки ладонями на коленях <p><u>2 способ:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • девочки встают на колени напротив друг друга, образуя пары и соединив ладони; • мальчики на четвереньках проползают по туннелю 	<p>- А давайте пройдем сквозь гору – по туннелю. А мальчики нам в этом помогут. Мальчики, принять исходное положение!</p> <p>- Туннель становится уже, ниже. Девочки, принять исходное положение! (поточный способ)</p>

Инструктор: Какие вы у меня молодцы! Преодолели горный туннель! Осталось совсем немного! Давайте возьмём велосипеды и вмиг домчимся до озера!

Упражнение «Весёлый велосипед» (упражнение на взаимодействие)

<i>Время, дозировка</i>	<i>Содержание</i>	<i>Примечание</i>
2 мин	И.п.: сидя на полу, руки в упоре на локтях, ноги согнуты напротив друг друга. Первый ребенок упирается правой стопой в левую стопу товарища, левой стопой – в правую стопу товарища.	- По моему сигналу начинаем крутить педали. «Поехали!» (Следить за согласованностью движений ног с партнером)

Заключительная часть (5 мин)

Инструктор: А вот и озеро Байкал! (дети с инструктором подходят к экрану телевизора и просматривают фрагмент фильма об озере Байкал).

- Самое большое, красивое и глубокое! А ещё воду из этого озера можно пить, она удивительно чистая!

Инструктор: Ребята, а как вы думаете, что нам помогло так быстро преодолеть все препятствия и прийти к озеру? (Ответы детей).

- Ребята, а у нас есть с вами танец, который так и называется «Дружба». Я предлагаю вам его исполнить.

Танец «Дружба»



Конспект непосредственно образовательной деятельности

«Путешествие до озера Байкала»

(дети подготовительного к школе возраста)

Интеграция образовательных областей:

«Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», «Коммуникация»,
«Социализация», «Познание», «Музыка»

Составил:

инструктор по физической культуре

МДОУ ЦРР детский сад № 39

Клочкова А.В.

2012 год

Ход деятельности

Время	Содержание	Примечание
7 мин Вводная часть		
<p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p>	<p>1. Организационный момент</p> <p>2. Введение в тему совместной деятельности</p>	<p>- Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами продолжаем путешествие по России и должны выйти к берегам самого удивительного и красивого озера озеру Байкал! Но путь нам предстоит непростой! Много препятствий на пути встретится – горы высокие, болота непроходимые, реки быстрые.</p>
<p>2 мин.</p>	<p>3. Элемент эвритмической гимнастики: Переключка «Ритм имени»: дети перестраиваются в круг, каждый ребёнок должен назвать своё имя и прохлопать его в ладоши</p>	<p>- Прежде чем отправиться в путь я предлагаю всем встать в круг и сделать переключку, чтоб никого в пути не потерять. Лиза начинай!</p>
<p>3 мин.</p>	<p style="text-align: center;">Танцевальный этюд «Река»</p> <p><u>Основные виды шагов:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ основной танцевальный шаг; ✓ шаг на носочках; ✓ шаг перекатом с пятки на носок; ✓ ходьба в полуприседе; <p><u>Танцевальный рисунок:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ круг; ✓ диагональ; ✓ «ручеек»; ✓ «клубок»; ✓ «косичка», «прочес» 	<p>- Молодцы! А знаете ли вы ребята, что в озеро Байкал несут свои воды много Сибирских рек и речек!</p> <p>- С какими реками Восточной Сибири вы уже успели познакомиться? (предположительные ответы детей: Енисей, Лена, Тунгуска).</p> <p>- Молодцы, ребята! А реки в России плавные, красивые, тягучие. Где прямо бегут, а где петляют. Так и мы с вами окажемся на одной из таких рек. Давайте возьмёмся за руки, слушая музыку, за мной, на носочках</p>

20 мин	Основная часть	поплывём....
10 мин	<p>1. Элементы партерной гимнастики</p> <p>Разминка на все части тела:</p> <ul style="list-style-type: none"> • голова (вверх-вниз, полукруговые вращения, круговые вращения, вытягивание подбородка вперед, повороты головы, посмотреть за плечо); • плечи: поднять-опустить, вращения поочередное и одновременно вперед-назад; руки: подъем на 90 градусов, вверх поочередное и одновременно двумя, «волна»; • кисти рук: вращения поочередное и одновременно вперед-назад, подъем вверх поочередное и одновременно двумя; • различные наклоны тела (вперед, в стороны) с увеличивающейся амплитудой. <p>Сидя, руки возле себя на полу, спина прямая, ноги вместе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - наклоны вперед, положить грудь на колени • - растяжка, ноги в стороны – потянуться • - наклоны вперед (ноги раскрыты, широко открыты, ноги вместе) • - «книга» • «паровозик» с продвижением вперед - назад <p>Лежа на спине, руки в стороны на уровне плеч, ладони вниз:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - носки ног на себя, от себя «натянуть», сжать пальцы, разжать, вернуться в и. п. • - круговые вращения стоп ног (поочередно и вместе) • - смена натянутых стоп • - «цветок» - раскрыть ступни ног, коснувшись мизинцем пола (при этом следить, чтобы спина и «хвостик» не отрывался от пола), вернуться в и. п. • - обхватить колени двумя руками поочередно, не поднимаясь и не отрываясь спиной от пола, • - поочередный подъем прямых ног (резко поднять, медленно опустить) • - подъем двух ног • -медленно опускаем ноги, потянуться и переходим к положению сидя. <p>Лежа на животе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - «змейка» (подъем головы, прогнуться и зашипеть) • - «лодочка»; • - «корзинка» <p>Стоя на коленях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «катится колобок» (поочередное приседание на правое 	- Ребята, смотрите, а река – то нас вами разделила! Мальчики оказались на одном берегу, а девочки – на другом!

	<p>и левое бедро) - броски ног назад с различной амплитудой - махи ногами, лежа на боку -«уголок» (ноги на 90 градусов) -«уголок» (ноги подтянуть к себе) - «мостик» Растяжки: «сложиться книжечкой», растяжка ног в положении полуприседа и т.д.</p>	
<p>10 мин.</p>	<p>Основные виды движений</p>	
<p>3 мин.</p>	<p>1. Упражнение «Преодолей болото»</p> <ul style="list-style-type: none"> • девочки принимают упражнение на выразительность «Кочка» • мальчики поточным способом выполняют прыжки на двух ногах с продвижением вперед «змейкой» 	<p>- Молодцы, ребята! Реку мы с вами преодолели. А впереди – болото непроходимое! Девочки – “кочки”, примите исходное положение. А мальчикам предстоит преодолеть болото.</p>
<p>4 мин.</p>	<p>2. Упражнение «Горный туннель» <i>(упражнение на взаимодействие)</i> <u>1 способ:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • мальчики встают друг напротив друга, соединив ладони; • девочки проходят по туннелю, выполняя ходьбу в полуприседе, руки ладонями на коленях <p><u>2 способ:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • девочки встают на колени напротив друг друга, образуя пары и соединив ладони; <p>мальчики на четвереньках проползают по туннелю</p>	<p>- Молодцы, отважные путешественники! А теперь перед нами – горы высокие! Как же нам с вами их преодолеть? (ответы детей) А давайте пройдем сквозь гору – по туннелю. А мальчики нам в этом помогут. Мальчики, принять исходное положение! - Туннель становится уже, ниже. Девочки, принять исходное положение!</p>
<p>3 мин.</p>	<p>3. Упражнение «Весёлый велосипед» <i>(упражнение на взаимодействие)</i> И.п.: сидя на полу, руки в упоре на локтях, ноги согнуты напротив друг друга. Первый ребенок упирается правой стопой в левую стопу товарища, левой стопой – в правую стопу товарища.</p>	<p>- Какие вы у меня молодцы! Преодолели горный туннель! Осталось совсем немного! Давайте возьмём велосипеды и вмиг домчимся до озера!</p>

<p>5 мин.</p>	<p>Заключительная часть <i>Дети с инструктором подходят к экрану телевизора и просматривают фрагмент фильма об озере Байкал.</i></p> <p><i>Подведение итога</i></p> <p>Танец «Дружба»</p>	<p>- А вот и озеро Байкал! Самое большое, красивое и глубокое! А ещё воду из этого озера можно пить, она удивительно чистая!</p> <p>- Ребята, а как вы думаете, что нам помогло так быстро преодолеть все препятствия и прийти к озеру? (Ответы детей).</p> <p>- Ребята, а у нас есть с вами танец, который так и называется «Дружба». Я предлагаю вам его исполнить.</p>
----------------------	--	---