

План-конспект НОД по физической культуре в подготовительной группе.

Тема недели: «Здравствуй, зимушка-зима!»

НОД 27-28 «Зимние забавы» открытое занятие

Интеграция образовательных областей:

Физическое развитие: рассказывать о пользе физических упражнений и занятий на свежем воздухе в зимнее время года,

Социально-коммуникативное развитие: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, формировать дружеские отношения ; развивать навыки взаимодействия в группе .

Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве

Речевое развитие: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.

Цель: Показать детям привлекательность зимних месяцев года; развивать интерес к зимним играм посредством игр и конкурсов.

Задачи: 1. Оздоровительные:

-Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры

-Укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнения упражнений;

2. Образовательные:

-Закрепить знания и навыки, полученные на занятиях по физической культуре и занятиях по окружающему миру

-Развивать быстроту двигательной реакции.

-Развивать у детей внимание, умение согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе

-Активизировать познавательно-исследовательский интерес детей к природе;

3. Воспитательные:

-Воспитывать чувство ответственности за порученное задание ;

-Воспитывать интерес к играм

- Создать благоприятную обстановку на занятии для достижения положительно-эмоционального настроения.

Оборудование: Елки, малые мячи-ёжики по количеству детей, фитболы, кегли, пазлы с зимними пейзажами, Иллюстрации для загадок.

Части занятия	Частные задачи	Содержание	дозировка	Организационно-методические указания
<p>И П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я часть</p>	<p>Организация группы Активизация внимания.</p> <p>Поощрять речевую активность.</p> <p>Самоконтроль за осанкой. Развивать внимание и ориентировку в пространстве.</p> <p>Профилактика плоскостопия, укрепление мышц плечевого пояса.</p> <p>Закреплять умение выполнять бег в заданном темпе. Укреплять сердечно-сосудистую систему, мышцы ног.</p> <p>Способствовать восстановлению дыхания</p>	<p>Дети входят в зал. Построение в шеренгу Инструктор: «Белым снегом все покрыло, и деревья и дома. Свищет ветер легкокрылый, Здравствуй, Зимушка-зима!» Сообщение темы недели, задач занятия. Беседа о наступившем времени года, о зимних видах спорта, о зимних забавах. «Вот и наступила Зима. А любите ли вы зиму, радуетесь ей?» (ответы детей) Я приглашаю вас на зимние забавы. Но для начала нужно размяться. Игра «Выпал беленький снежок» «Выпал беленький снежок, соберемся все в кружок. Все потопаем, все потопаем-1,2,3.1,2,3, В лево – в право, посмотри – 1,2,3,1,2,3. Детвора , не отставать, Будем руки согреть Все похлопаем, все похлопаем -1,2,3. Если холодно стоять, Надо просто поскакать. Чтобы стало нам теплей, Будем бегать веселей. (по малому кругу)</p> <p>Переход на ходьбу.</p>	<p>2 минуты</p>	<p>Проверка осанки и равнение по заданному ориентиру (полоса)</p> <p>Дети приводят примеры зимних видов спорта. Зимних игр.</p> <p>Дети образуют круг</p> <p>Выполняют ходьбу на месте, поднимая высоко колени Дети выполняют</p> <p>Следить за осанкой, ритмом выполнения Следить за дыханием</p> <p>Вдох носом, выдох длиннее вдоха.</p>

<p>П. О. С. Н. О. В. Н. А. Я часть</p>	<p>Развивать внимание и ориентировку в пространстве.</p> <p>Подготовить детей к выполнению ОРУ.</p> <p>Воспитывать осознанное отношение к выполнению упражнений. Укреплять основные группы мышц туловища. Соблюдать технику безопасности. Укреплять мышцы плечевого пояса, рук и ног.</p> <p>Повышать функциональные возможности локтевых суставов. Повышать функциональные возможности тазобедренного сустава.</p> <p>Соблюдать технику безопасности во время выполнения упражнения с мячом.</p>	<p>«А что мы знаем о зиме? Какая она? (ответы детей)</p> <p>ОРУ с маленькими мячами-ежиками(снежки)</p> <p>Загадки:</p> <p>1.Он все время делом занят, Он не может зря идти. Он идет и белым красит все, что видит на пути (снег) Мяч в обеих руках. 1-2-Поднять вверх, правая нога назад, тоже с левой ноги.</p> <p>2. Я живу под самой крышей, даже страшно глянуть вниз. Я могла бы жить и выше, если б крыши там нашлись (сосулька) И.п. то же. 1-2 наклон вперед.</p> <p>3.Рыбам зиму жить тепло, крыша толстое стекло (лед) И.п. то же. 1-2 присед, руки вперед.</p> <p>4.Покружились звездочки в воздухе немножко, Сели и растаяли на моей ладошке (снежинки) окошки. И.п. руки в стороны, 1-2- вращение туловища в наклоне вперед (мельница)</p> <p>5. В белом бархате деревня- и заборы и деревья. А как ветер нападает, этот бархат опадает (Иней) И.п- стойка мяч в правой руке. 1-2- правую ногу поднять, мяч передать в левую руку под коленом. 3-4- тоже</p> <p>6. Запорошила дорожки, разукрасила окошки, Детям радость подарила,</p>	<p>4 минуты</p> <p>2-3 раза</p> <p>2-3 раза</p> <p>2-3 раза</p> <p>2-3 раза</p> <p>2-3 раза</p>	<p>Дети рассказывают о признаках зимы.</p> <p>Выполнять упражнение под счет.</p> <p>Следить за осанкой</p> <p>Локти не сгибать. Ноги в коленях не сгибать.</p> <p>Держать равновесие в приседе. Не сгибать локти. Выполнять под счет. Не наклонять туловище в стороны.</p> <p>Следить за осанкой, голову не наклонять. Выполнять под счет инструктора.</p>
---	---	---	---	--

	<p>Закрепить знания и навыки, полученные на занятиях по физической культуре и занятиях по окружающему миру.</p> <p>Развивать быстроту двигательной реакции.</p> <p>Развивать у детей внимание, умение согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе</p> <p>Развивать скоростно-силовые качества, ловкость и координацию движений. Учить соблюдать правила</p>	<p>И на санках прокатила. (Зима)</p> <p>Основные виды движений:</p> <p>«Едва повеяло зимой, они всегда с тобой. Согревают две сестрицы, как зовут их (рукавицы)» (иллюстрация рукавичек)</p> <p>И так, мы с вами размялись и готовы к занятиям на улице. Но на улице зимой уже морозно. Нам нужно одеться по - теплее.</p> <p>1. Игра-Эстафета «Оденься на улицу» Группа делится на две команды: «Снежинка» и «Льдинка». Из набора карточек с изображением одежды нужно выбрать только вещи, которые носят в холодную ,зимнюю погоду.</p> <p>«Мы готовы к занятию на улице и мороз нам не помеха» «Появился во дворе Он в холодном декабре Неуклюжий и смешной, У катка стоит с метлой. К ветру зимнему привык, Наш приятель (снеговик!) Следующее наше задание- скатать снежный ком для снеговика!</p> <p>2.Эстафета «Катаем снежки» «Прокатывание мяча по прямой»: на расстоянии 5 метров от первого ребенка стоит ёлка. Подталкивая мяч двумя руками, не отпуская</p>	<p>15-17 минут</p>	<p>Напомнить технику выполнения эстафет.</p> <p>Дети разгадывают загадку.</p> <p>Дети становятся в две колонны. Слушают задание. По сигналу инструктора первый участник начинает движение до столика с набором карточек. Выбирает нужную карточку. Возвращается к команде. Следующий участник начинает движение. И так, пока вся команда не наберет нужные карточки.</p> <p>Дети разгадывают загадку. Рассматривают иллюстрацию снеговика.</p>
--	---	--	--------------------	--

	<p>безопасности в процессе подвижных игр. Воспитывать уважение к товарищам, выдержку, честность</p> <p>Развивать речевую активность умение согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе</p>	<p>его далеко от себя, докатить до ёлки, и вокруг ёлки. Прокатать мяч обратно до ребенка, стоящего первым в колонне , передать ему мяч и встать в конец колонны.</p> <p>«Снеговик слепили, отлично. А ведь зимой дети не только снеговиков лепят. Они катаются на сноубордах, коньках. А еще на чем? Послушайте загадки»</p> <p>Загадки : «Две курносые подружки Не отстанут друг от дружки. Обе по снегу бегут, обе песенки поют» .(Лыжи)</p> <p>«Сперва с горы летишь на них, а после в гору тянешь их» (Санки)</p> <p>3.Игровое задание «Собери пазл» (совместная работа со взрослыми) Командам раздаются пазлы. «Справились мы и с этим заданием. Пора нам и повеселиться!»</p> <p>«Там, где очень много снега Не пройти и не проехать. В поле белые снега За ночь намела пурга Там огромный снежный горб Называется –«Сугроб»!»</p>	<p>Повторить с детьми правила и технику безопасности во время движения.</p> <p>Фитбол катать двумя руками.</p> <p>Дети рассказывают про свои любимые занятия.</p> <p>Разгадывают загадки.</p> <p>Дети собирают пазлы и рассказывают, что изображено на картинках. Показывают умение взаимодействовать со взрослым.</p> <p>Разгадывают загадку. Рассматривают картинку с</p>
--	--	--	---

	<p>Развивать скоростно-силовые качества, ловкость и координацию движений. Учить соблюдать правила безопасности в процессе подвижных игр.</p> <p>Развивать речевую активность</p>	<p>2. Игра «Снежки»</p> <p>Команды становятся по обе стороны от средней линии. У каждой команды одинаковое количество снежков. По сигналу инструктора дети начинают перекидывать на сторону противоположной команды снежки. Задача перекинуть все снежки на сторону другой команды.</p> <p>«А теперь еще одна забава. Зимняя игра!»</p> <p>Подвижная игра «Два мороза»</p> <p>Дети встают за линию . в середине на линии стоят два ребенка- Мороз «красный нос» и Мороз «синий нос». . Морозы произносят слова: Мы –два брата молодые, два мороза удалые. Я-Мороз «красный нос, я-Мороз «синий нос». Кто из вас решится в путь дороженьку пуститься?» После этих слов дети отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!». Далее перебегают на противоположную сторону площадки. А задача морозов заморозить пробегающих.</p>		<p>изображением сугроба.</p> <p>Следить за техникой безопасности при беге . Дети демонстрируют ловкость, быстроту и координацию движений.</p> <p>Рассказать про правила игры. Напомнить о правилах безопасности при беге.</p> <p>Дети демонстрируют ловкость, координацию движений, умение взаимодействовать сообща.</p>
--	--	--	--	--

<p>Ш. З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я часть</p>	<p>Способствовать восстановлению ЧСС.</p> <p>Развивать у детей внимание, умение согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе</p> <p>Способствовать развитию речи</p>	<p>Дыхательные упражнения. «Сдуй снежинку»</p> <p>Малоподвижная игра «Наша веселая зима» собрать картинку на зимнюю тему с цифровыми подсказками.</p> <p>Построение в шеренгу. Подведение итогов занятия.</p> <p>На этом наше занятие окончено. Направо! К выходу шагом марш!</p>	<p>2 раза</p> <p>2 минуты</p>	<p>Дети делают глубокий вдох носом , а выдыхают ртом . Губы вытянуты трубочкой</p> <p>Дети демонстрируют свои знания в счете., показывают умения взаимодействовать в группе, контролируют действия друг друга.</p> <p>(дети выходят из зала).</p>
--	---	---	--	---