Конспект НОД образовательная область «Физическое развитие»

Старшая дошкольная группа

**Тема:** «Богатырские потехи»

**В рамках тематической недели** «Защитники отечества»

**Возрастная группа:** дети 5 - 7 лет

**Цель:** Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, овладение подвижными играми с правилами.

**Программное содержание:**

***Воспитательные задачи***:

* Воспитывать морально-волевые качества – смелость, честность, коллективизм, вызвать положительно эмоциональный настрой и желание укреплять свое здоровье.

***Обучающие задачи:***

* Закреплять навыки различных видов ходьбы: на носках, с высоким подниманием колен, по диагонали; бега: в медленном и среднем темпе, боковым галопом;
* Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; в ходьбе по канату приставным шагом; проползании под дугами на четвереньках; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; в прыжках в длину с места;
* Развивать ловкость, умение быстро переключать внимание, умение самостоятельно расставлять и убирать оборудование;
* Способствовать развитию интереса к истории русского народа, расширять представление о дне защитника Отечества.

***Речевая задача:***

* Закреплять умение согласовывать речь с движениями.

**Материалы и оборудование:**

* Гантели на каждого ребенка , музыкальное сопровождение А. Пахмутова «Богатырская сила», гимнастическая скамейка, мат, канат для ходьбы, дуги 2 шт., массажные коврики, кубики 5 шт. (высота 17 см), ленточки по количеству детей, колпак, гимнастическая палка, бубен.

**Предворительная работа:** рассматривание репродукции картины «Богатыри» В. Васнецова.

**Взаимодействие с семьями воспитанников :** Папам рассказать о родах воск, в которых они служили, прочитать ребенку сказки, про русских богатырей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы  деятельности | Содержание  деятельности | Время  проведения |
| Процесс  вовлечения в  деятельность | **Приветственная коррекционная игра «Здравствуйте!»:**  Здравствуйте, девочки! *Педагог приветственно машет рукой.*  Здравствуйте! *Девочки поднимают руку вверх, машут ею.*  Здравствуйте, мальчики! *Педагог приветствует мальчиков.*  Здравствуйте!*Мальчики машут рукой.*  Солнышко, здравствуй!*Все поднимают руки вверх.*  Здравствуй! Здравствуй! *Скрещивают прямые руки над головой.*  День такой прекрасный! *Протягивают прямые руки вперед.*  Здравствуй! Здравствуй! *Хлопают в ладоши.*  Хорошо под солнышком мы растем! *Поднимают руки вверх, встают на носочки, тянутся как можно выше.*  Здоровей становимся с каждым днем! *Сжимают пальцы в кулаки, прижимают руки к плечам и разводят в стороны.* | 1 – 2 минуты |
| Процесс  Целеполага  ния | Ребята, какой праздник мы будем отмечать? *(Ответы детей)*  Правильно! Всегда на страже Отечества стояли русские воины. А кто, ребята, сейчас защищает нашу Родину? *(Ответы детей: танкисты, моряки, пограничники т.д.)*  *(звучит фонограмма топота копыт)*  Что это за звуки? *(дети высказывают свое предположение)*  А кто охранял границы Руси много веков назад? *(Богатыри)*  Правильно, русские богатыри!  Выехали в поле три богатыря: Илья Муромец, Добрыня Никитич и Алеша Попович, чтоб с врагом сразиться, и понимают, сильный враг, не справиться им одним. Что же делать? *Решают помочь богатырям, собрать дружины.*  Но, у них есть условие, в дружины они возьмут только похожих на них. | 2 минуты |
| Проектирование и  Планирова  ние  деятельности | Какие были богатыри? *(ответы детей)* А как же нам такими стать? *(ответы детей)*  Я предлагаю вам сегодня провести настоящую богатырскую тренировку, чтобы стать такими же сильными, смелыми, отважными.  Попросим, Ветер Путешествий перенести нас в Древнюю Русь. Пока звучит бубен, вы кружитесь на месте. Когда бубен затихнет, вы останавливаетесь.  (*Педагог встряхивает бубен, дети кружатся на месте)* | 2-3 минуты |
| Осуществле  ние  деятельности | Вот мы и в Древней Руси!  Равняйсь, смирно! Направо! В обход по залу шагом марш!  Раз – два – три,Раз – два – три,  По дорожке мы пошли! *Обычная ходьба.*  Петлять тропинка начала  Среди высоких трав! *Ходьба змейкой.*  По ней шагаем на носках  Головушку подняв! *Ходьба на носках.*  Муравьишка по тропинке  На плече несет травинку! *Ходьба «гномики».*  Чтоб на лошади скакать,  Надо лошадь подковать. *Обычная ходьба.*  Эй, кузнец! Молодец! *Ходьба с высоким подниманием колен.*  Расковался жеребец!  Ты подкуй его опять!  Отчего не подковать!  Вот - гвоздь, *Поднимают вверх одну руку*  Вот - подкова! *Поднимают вверх другую руку*  Раз, два – и готово! *Ударяют кулаками друг о друга.*  Лошадь подковали  И на ней мы поскакали! *Боковой галоп.*  Вот мы кочки увидали, *Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.*  Через них мы прыгать стали.  Лес красивый увидали  И к нему все побежали! *Бег в среднем темпе.*  Переходим на ходьбу, выполняем дыхательные упражнения.  Нужно показать, что мы умеем, проведем богатырскую разминку. В три колонны шагом марш, берем гантели.  *(Дети перестраиваются в три колонны, берут гантели)*  **ОРУ с гантелями под музыку А. Пахмутовой «Богатырская сила»**  1. И.П. – основная стойка, руки с гантелями перед грудью.  1 - отводят правую руку в сторону.  2 – И.П.  3 – отводят левую руку в сторону  4 – И.П. (8 раз)  2. И.П. – основная стойка, руки с гантелями внизу.  1 - сгибают правую руку к плечу  2 - разгибают вперед (4 раза)  3 – 4 - То же повторяют левой рукой.  3. И.П. – основная стойка, руки с гантелями у плеч.  1 - делают поворот корпусом вправо с отведением рук в стороны  2 – И.П.  3 – поворот корпусом влево с отведением рук в сторону. (8 раз)  4. И.П. – основная стойка, руки с гантелями у плеч.  1 - выполняют приседания, вытягивая руки с гантелями вперед  2 – И.п. (8 раз)  5. И.П. – основная стойка, руки с гантелями у плеч.  1 - отводят руки с гантелями в стороны  2 – И.П. (8 раз)  6. И.П. – сидя на полу, ноги широко расставлены, руки с гантелями перед грудью.  1 – наклон вперед, руки вытянуть вперед.  2 – И.П. (8 раз)  7. И.П. – лежа на спине, руки с гантелями вытянуты над головой.  1 – взмах правой ногой и правой рукой. Нога касается руки.  2 – И.П.  3 – то же левой ногой и рукой.  4 – И.П. (8 раз)  8. И.П. – основная стойка, руки на поясе, гантели стоят на полу.  Прыжки вокруг гантелей в правую и левую сторону (по 10 раз).  Прыжки на двух ногах на месте (20 раз).  9. Дыхательное упражнение «Дровосек», перестроение в колонну по одному.  После хорошей разминки надо подкрепиться. А самая лучшая еда для солдат, для богатырей – это каша. Она силы бойцам прибавляет.  **Пальчиковая игра «Каша»**  Как в кастрюле каша прела, *Дети водят указательным пальцем правой руки по ладони левой (варят кашу)*  И шипела, и пыхтела,  К нам в тарелку захотела. *Прижимают ладони ребром друг к другу и протягивают их вперед.*  К каше масло подадим, *Хлопают одной ладонью по другой.*  Всех знакомых угостим. *Протягивают руки вперед.*  Приготовьте ложки, *Поочередно загибают пальцы на каждое имя.*  Маша и Антошка,  Валерка и Полинка,  Смешливая Иринка. *С поклоном протягивают руки вперед.*  **Инструктор:***Богатыри приготовили для вас испытание, настоящую богатырскую тренировку. С помощью эмблем, вам надо поделиться на 5 групп по три человека, найти свою станцию, изучить схему и по сигналу свистка выполнять движения.*  **Основные виды движений**  *(По принципу круговой тренировки с использованием рисунков-схем.) Дети расходятся по три человека на каждую станцию.*  Мы будем: «проползать по мосту на животе», «перепрыгивать через овраг», «переходить через ров по канату боком», «ходить по раскаленным углям» и в конце пути «перепрыгивать через капканы».  *(дети выполняют виды движений)*  Убираем оборудование.  Перестроение в шеренгу по одному.  Ребята, Древняя Русь славилась своими русскими народными играми. Какую игру вы знаете?(*Ответы)*  **«Косарь» (игра высокой интенсивности).**  *По считалке выбираются 3 водящих – косари, остальные играющие – цветы. Каждый играющий получает цветную ленту, обозначающую цветок: желтая лента – одуванчик, белая – ромашка, синяя – василек. Ленты закрепляются у играющих сзади на поясе. Водящие заранее договариваются, кто какой цветок будет срывать. Играющие произносят текст и имитируют движения: цветы, стоя на месте, раскачиваются, двигают руками-листочками, растут. Косари делают энергичные движения руками в сторону-вперед и ходят между цветами по полю.*  **Слова цветов:**  Зелен, зелен луг, все цветет вокруг,  И роса блестит, и коса звенит.  Одуванчик, василек и ромашка здесь растут.  **Слова косарей:**  Я косой траву скошу и букетик наберу.  Раз, два, три…  *На слова: «Раз, два, три» - цветы разбегаются, стараясь добежать до условленного места. Косари срывают с убегающих ленточки только своего цвета. Побеждает тот, кто больше сорвал ленточек, соответствующих заданному цветку.*  И еще одна русская народная  **игра «Колпачок и палочка» (игра малой интенсивности).**  *Играющие становятся в круг. Выбирается водящий, он получает палочку и становится в середине круга. Воспитатель надевает ему на голову колпак. Дети, держась за руки, идут по кругу и говорят: «Раз, два, три, четыре, пять – будет палочка стучать». Водящий в это время стучит палочкой об пол.*  *С последними словами дети останавливаются, а водящий протягивает палку в сторону детей. Тот, на кого укажет палка, берется за ее конец и пропевает имя водящего, а водящий отгадывает, кто его назвал.* | 20 минут |
| Процесс  рефлексии | Ребята, как вы думаете, возьмут нас богатыри в свои дружины? Почему? Сказали спасибо богатыри и отправились дальше на заставу богатырскую стоять да землю русскую родную от недругов оборонять.  А нам пора домой возвращаться. Ветер «Путешествий» закружи нас домой отнеси.  (*Педагог встряхивает бубен, дети кружатся на месте)*  Наши мальчики, когда вырастут, будут в армии служить, будут охранять мир на нашей земле! Когда вы, вернетесь в группу, нарисуйте, пожалуйста, солдатами, каких родов войск вы бы хотели стать. Всем спасибо, до свиданья! | 3 минуты |