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 |
| Процессвовлечения вдеятельность | **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 |
| ПроцессЦелеполагания | 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 иПланированиедеятельности | 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 |
| Осуществлениедеятельности | 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 началаСреди высоких трав! *Ходьба змейкой.* По ней шагаем на носкахГоловушку подняв! *Ходьба на носках.*Муравьишка по тропинкеНа 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 подковалиИ на ней мы поскакали! *Боковой галоп.*Вот мы кочки увидали, *Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.*Через них мы прыгать стали.Лес красивый увидалиИ 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 сторону4 – И.П. (8 раз)2. И.П. – основная стойка, руки с гантелями внизу.1 - сгибают правую руку к плечу2 - 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 стороны2 – 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 вперед2 – И.п. (8 раз)5. И.П. – основная стойка, руки с гантелями у плеч.1 - отводят руки с гантелями в стороны2 – 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 |
| Процессрефлексии | 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 |