

Конспект
непосредственно организованной
образовательной деятельности
по физическому развитию
в подготовительной к школе группе

"В лес ходить – лес любить"



Автор: воспитатель по физической культуре
Лебедева Елена Владимировна.

Цель: формирование у детей основ физической и познавательной культуры личности.

Программные задачи:

1. Способствовать воспитанию интереса к выполнению физических упражнений;
2. Продолжать знакомить детей с профессией – лесник, посредством подвижных игр, двигательных упражнений;
3. Продолжать формирование представлений детей о профессии - лесник;
4. Уточнить и расширить представление детей о лесе, деревьях, природных явлениях, об обязанностях лесника, о правилах поведения в лесу;
5. Продолжать формировать умение детей подлезать на четвереньках под дуги, подталкивая мяч головой перед собой вперёд, ходить по узкой рейке гимнастической скамейки, сохраняя устойчивое равновесие, прыгать на двух и одной ноге по ориентирам, с продвижением вперёд, прыгать на двух ногах – ноги врозь – ноги вместе, с продвижением вперёд, бегать по диагонали и парами, имитировать повадки диких животных, продолжать учить бросать мяч в баскетбольное кольцо двумя руками от груди;
6. Развивать физические качества, активную речь детей, интерес к совместной деятельности со взрослым и сверстниками, умение согласовывать движения со словами, умение действовать по словесной инструкции взрослого, творческие способности детей;
7. Воспитывать у детей интерес к труду работников лесного хозяйства, желание помогать взрослым, быстро приходить им на помощь;
8. Воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни, воспитывать эмоционально – положительное отношение и уважение к труду.

Виды детской деятельности, лежащей в основе организации НООД: двигательная, игровая, коммуникативная, чтение художественной литературы, музыкально - художественная, познавательно - исследовательская.

Интеграция образовательных областей – «Физическое развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Художественно – эстетическое развитие»

Формы деятельности – совместная деятельность взрослых и детей (подгрупповая)

Методы: игровой, наглядный, словесный, практический;

Приёмы: беседа, загадки, художественное слово, пояснения, поощрение, похвала, самостоятельная деятельность детей, игровая мотивация.

Оборудование: Иллюстрации с изображением леса, деревьев, диких животных, гимнастическая скамейка, гимнастические дуги (2 – 3 шт.), плоские обручи, кубики, кегли, конусы (6 - 7 шт.), «следы зверей» на клейкой бумаге (по 6 – 8 шт. каждого вида), большие обручи, косички (шнуры), большие мячи (по количеству детей), баскетбольное кольцо (2 шт.), «контейнеры» из коробки (2 шт.), макеты деревьев, воздушный шарик с письмом, макет дома для лесника, флакончик ароматизированного масла, корзинка с орехами для угощения, костюм лесника (сапоги, шапка, брюки, куртка), травяной напиток по количеству детей.

Музыкальное сопровождение: музыкальный центр, аудиокассета с музыкой: запись песен «Песенка лесника», «Песенка о лесе», «Отчего так в России берёзы шумят...», фонограмма музыки «Апрель» П. И. Чайковского, запись звука взлетающего самолёта, запись щебетания птиц.

Предварительная работа: беседы о труде лесника, беседа «Правила поведения в лесу», «Лес – наше богатство», «Растения и животные леса», чтение стихов, рассказов о лесе, леснике, загадки о лесе, деревьях, диких животных, рассматривание наглядно-дидактических пособий с изображением труда лесника, рассматривание сюжетных картинок «Труд лесника», «Охрана

природы», слушание музыкальных произведений о лесе, леснике, рассматривание картинок по теме «Правила поведения в лесу», «Дикие животные», «Деревья леса», дидактические игры «Что можно, что нельзя», «Экологическое лото», просмотр презентации «Профессия - лесник», рисование детей на тему «Друзья леса», сюжетно – ролевая игра «Мы – лесники», игры – имитации «Изобрази животное», «Создай образ», экскурсия в лесничество, разучивание комплексов дыхательной, пальчиковой, зрительной гимнастики, игрового самомассажа биологически активных точек, двигательных упражнений с художественным словом на тему «В лесу»

Словарная работа: активизировать речь детей существительными (сторожка, ледоход, просека, опушка леса, бурелом, саженцы, водоёмы, кормушка, лесопитомник, санитарная обработка, контейнер), применять в речи обобщающее слова «Деревья», «Кустарники», «Лесные обитатели», «Звериная тропа»

Ход НООД:

1. Вводная часть:

Дети входят в зал под фонограмму песни

«От чего так в России берёзы шумят» и встают в круг.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть.

Психологический настрой.

Собрались все дети в круг,
Я твой друг и ты мой друг,
Крепко за руки возьмемся
И друг другу улыбнемся.

Воспитатель: Я улыбнусь вам, а вы улыбнитесь друг другу, чтобы у нас с вами было весь день прекрасное настроение.

Воспитатель: Ребята, я предлагаю вам стать сегодня туристами и отправиться в поход в весенний лес на полянку, на которой мы сможем зарядиться энергией земли и солнца, услышать пение птиц.

Влетает воздушный шарик с письмом.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, к нам прилетел воздушный шарик, а в нем письмо. Давайте его прочитаем. Ой, да здесь приглашение в гости на лесную поляну. Хотите узнать от кого?

Отгадайте загадку:

Он природу охраняет,
Браконьеров прогоняет,
А зимою у кормушек,
В гости ждёт лесных зверушек (лесник)

Воспитатель: Ребята, а вы знаете, кто такой лесник? Как называют его дом, который стоит в лесу? (Ответы детей: лесник - это человек, который следит за лесом, за деревьями, зверями, за чистотой в лесу. Домик лесника называют - сторожка)

Воспитатель: Ну что, ребята, вы согласны пойти в гости к леснику? Строимся в колонну друг за другом! Я думаю, что впереди нас ждут приключения и испытания, поэтому в походе мы должны быть дружными, смелыми и вежливыми. В лесу очень легко потеряться, но если мы всё

время будем идти в колонне друг за другом, не отставать, то не потеряемся и сможем вернуться домой. Итак, мы отправляемся в путь! Шагом марш!

1. Различные виды ходьбы и бега:

По тропинке, по тропинке

Мы идем в весенний лес.

Весело в лесу шагаем,

Всё в лесу мы замечаем.

- Ходьба в колонне по одному (10 сек.)

Дальше тропинка стала широкой, можно идти парами, места всем хватает.

- Перестроение в пары, ходьба парами по залу (10 – 15 сек.)

Мы шагаем, мы шагаем, ножки выше поднимаем.

Дышим ровно, глубоко, очень нам идти легко.

- Ходьба парами, с высоким подниманием колен, руки за головой (10 сек.)

А теперь дорожка опять стала узкой, идём друг за другом.

- Ходьба друг за другом (10 сек.)

Воспитатель: Ребята, вышли к реке, подойдём поближе: на реке начался ледоход...

Массаж биологически активных зон «Ледоход»

Наточив поострее мечи, - дети сильно трут ладони друг о друга.

Опустились на речку лучи – проводит пальцами по лбу от середины к вискам.

И когда разрезали лед, - растирают указательными пальцами нос.

На реке начался ледоход – глядят мягко ладонями шею движениями сверху вниз.

Глина и сырой песок

О снега и дождя размок.

Мы на пяточках (носочках) пойдём

И песок тот перейдём.

- Ходьба на пятках, руки на поясе (10 сек.)

Заходим в лес, проходим под низко растущими колючими ветками ели.

- Ходьба в приседе и полуприседе, руки за спиной (10 сек.)

Вся земля в сосновых шишках.

Мы сейчас пойдём как мишки.

- Ходьба на внешней стороне стопы, руки в стороны (8 – 10 сек.)

Весной снег тает, и текут ручейки.

Маленькие ручейки объединяясь, превращаются в большие ручьи.

- Бег «змейкой» между конусами, стоящими в ряд, бег «змейкой» между конусами, стоящими по двум сторонам зала (10 сек.)

Мы бежим через кусты,

Ой! Колючие они.

- Бег боком, приставным шагом, руки на поясе (8 – 10 сек.)

Обегаем мы пенёчки,

Не споткнуться бы на кочке.

- Бег с высоким подниманием колен, с захлестом голени назад (15 сек.)

Вот болотце впереди,
По кочкам прыгай – не спеши!
- Прыжки – ноги вместе – ноги врозь, с продвижением вперёд, руки на поясе (8 сек.)

Впереди нас бурелом,
И его обойдём,
Мы по просеке пойдём.
- Бег по диагонали, с выполнением подскоков (10 сек.)

До лесной полянки добежали
И немного мы устали.
Надо ровно подышать
Чтоб усталости не знать.
- Ходьба в колонне по одному.

Воспитатель: Вот и пришли мы в лес. В лесу тихо, спокойно, красота кругом, природа начинает пробуждаться от зимнего сна. А какой здесь воздух?

Дети: чистый, свежий, холодный.

Воспитатель: Угадайте, чем пахнет воздух в лесу? (ароматерапия)

Дети: Хвойными деревьями (елью, сосной)

Воспитатель: Давайте подышим свежим воздухом, отдохнём после дальней дороги.

Дыхательное упражнение «Лесной воздух»

Зажмурившись, дети делают носом спокойный продолжительный вдох (задержка дыхания), на продолжительном выдохе тихо произносят: «А-а-ах!» (5 - 6 раз)

Воспитатель: Ребята! Как же хорошо весной в лесу, вся природа просыпается от зимнего сна...

Пальчиковая игра с элементами массажа «Весна»

Весенний день! – хлопают в ладоши.
На дворе звенит капель, - встряхивают кистями рук.
По полям бегут ручьи, - делают волнообразные движения руками.
На дорогах лужи, - соединяют руки перед собой, округлив их.
Выползают муравьи
После зимней стужи – «пробегают» пальчиками по рукам к плечу, по бедрам к колену.
Пробирается медведь
Сквозь густой валежник – «переступают» большим пальцами и мизинцами по бёдрам.
Стали птицы громче петь – делают взмахи кистями рук.
И расцвёл подснежник – складывают из ладошек «бутон» и раскрывают их.

2. Основная часть:

Ведущий: Ребята, вы видите эту полянку? Там живёт лесник. Зовут его Иван Иванович. Давайте позовем его.

Дети: Иван Иванович, мы здесь! Пришли к тебе в гости!
(Звучит фонограмма «Песенка лесника», из домика - «сторожки» выходит лесник)

Лесник: Иду, иду... Кто меня звал?

Дети: Это мы, дети из детского сада «Звёздочка». Мы получили твоё письмо с приглашением в гости, и вот мы здесь...

Лесник: Здравствуйте, дети! Да, это я вас в гости приглашал. Давно вас жду: хочу рассказать вам о своём лесе, о лесных обитателях.

Лесник: Ребята! А вы знаете, чем я здесь занимаюсь? (Ответы детей)

Лесник: Я охраняю лес, зверей, которые водятся у нас в лесу, очищаю лес от мусора, сухих деревьев и сучьев, очищаю водоёмы, подкармливаю животных и птиц, высаживаю саженцы деревьев, слежу, чтобы в лесу не было пожара. Вот видите, сколько у меня работы, а лес большой, один я не успеваю всё сделать, поэтому и позвал вас на помощь. Согласны мне помочь? (ответы детей) Ну, что ж, прошу за мной, я приглашаю вас в лес.

Лесник: Сначала хочу познакомить вас с обитателями леса, я очень хорошо знаю их повадки. А вы знаете, какие звери водятся в нашем лесу? Назовите... (ответы детей)

Воспитатель: Ребята, давайте покажем Леснику, как просыпается природа в лесу и повадки некоторых лесных обитателей.

Игра - имитация «Пробуждение весеннего леса» (музыка П. И. Чайковского «Апрель»)

- Пришла весна. Весной просыпаются медведи от зимней спячки, зевают, тянутся, выходят из берлоги - Дети потягиваются, зевают, ходят на внешней стороне стоп.

- За медведицей медвежата спешат - Ходьба с опорой на ладони и колени врассыпную.

- Белочка поскакала менять шубку. Была у неё серая, а стала рыжая - Прыжки на полусогнутых ногах с продвижением вперёд, руки согнуты перед собой.

- Рыжие игривые лисята выбежали на полянку и, воображая, стали любоваться своими красивыми хвостиками - Руки согнуты в локтях у груди. Проходят на носочках 4 шага, оборачиваются назад, смотрят «на свой хвостик».

- Волки рыщут в поисках добычи - Бег широким шагом, со встречными движениями руками.

- Вот свернулся ёж в клубок, потому, что он продрог. Лучик ёжика коснулся, ёжик сладко потянулся – Дети приседают на корточки, поглаживают руки, ноги, поднимают голову вверх.

- Деревья тянутся к солнышку каждой веточкой, каждым листочком - Дети поднимают руки вверх, поднимаются на носочки, шевелят пальцами.

- Птицы возвращаются из тёплых стран - Бег на носках, махи руками, как крыльями.

Лесник: Мне очень понравилось, как вы показали пробуждение леса и показали повадки животных. Молодцы, ребята! Теперь я хочу вас познакомить с деревьями моего леса, а вы мне помогайте – загадки о деревьях отгадывайте да упражнения выполняйте.

1. Комплекс общеразвивающих упражнений «Деревья и кустарники» (с элементами корригирующей гимнастики)

Лесник: Угадайте, о каком дереве я говорю:

Стоят столбы белы,

На них шапки зелены.

(Ответы детей)

Покажем в упражнении березку. Не забывайте, какие красивые и стройные стволы у берез!

1. Упражнение «Береза»

И. п.: основная стойка.

1 – поднимая руки вверх, подняться на носки, посмотреть на руки.

2 – опустить руки на плечи, локти поднять вверх.

3 – поднять руки вверх, посмотреть на них.

4 – вернуться в и. п. - повторить 8 раз.

Лесник: О дереве или о кустарнике эта загадка?
«Платье потерялось – пуговицы остались» (Ответы детей)

2. Упражнение «Рябина»

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз.

1 – 3 – поднять руки за голову, одновременно пружинящие наклоны вправо (влево)

4 – вернуться в и. п.

Повторить движения в другую сторону - повторить по 4 раза в каждую сторону.

Лесник: «Тоненькое деревце склонилось над водой, смотрится как в зеркало, любит себя»

3. Упражнение «Ива»

И. п.: сед с прямыми ногами, руки вниз. 1 — руки в стороны - вверх, наклониться вперёд, коснуться носков ног; 2 — вернуться в и. п. - повторить 6 – 7 раз.

Лесник: Отгадайте следующую загадку:

Никто не пугает,

А вся дрожит.

(Ответы детей)

Это осина. Покажем в упражнении осину.

4. Упражнение «Осина»

И. п.: лежа на спине, руки вдоль туловища.

1 – 3 – поднять руки и ноги вверх, потрясти ими в воздухе.

4 – вернуться в и. п. - повторить 8 раз.

Лесник: А эту загадку вы обязательно отгадаете:

Весной цвету,

Летом плод приношу,

Осенью не увядаю,

Зимой не умираю.

(Ответы детей)

Это елка. Изобразим елку.

5. Упражнение «Ёлка»

И. п.: стоя на коленях, руки на поясе.

1 – правую ногу отставить вправо, руки в стороны.

2 – вернуться в и. п.

3 - левую ногу отставить влево, руки в стороны.

4 – вернуться в и. п. - Повторить по 4 раза в каждую сторону.

Лесник: Стоит колючка на вилах,

Одета в багрянец,

Кто подойдет,

Того кольнет.

О дереве или о кустарнике загадка?

(Ответы детей)

6. Упражнение «Шиповник»

И. п.: сидя, ноги скрестно, руки на плечах.

1 – 2 – наклон вперед, правым локтем коснуться левого колена – выдох.

3 – 4 – вернуться в и. п. - повторить движения к другой ноге - повторить по 4 раза к каждой ноге.

Лесник: Не матушка родима,
А гостинцем оделила,
Сочные плоды нам подарила.
(Ответы детей)

7. Упражнение «Дикая яблонька»

И. п.: стоя на коленях, руки в стороны.

1 – 2 – поворот вправо, правой рукой коснуться левой пятки, левая рука на правом плече.

3 – 4 – вернуться в и. п., повторить движения левой рукой - повторить по 4 раза в каждую сторону.

Лесник: «Он самый высокий, могучий, красивый, смотрит он на нас игриво»

8. Упражнение «Дуб»

И. п.: стоя, ноги вместе, руки на поясе. Прыжки на месте: 1 – ноги врозь, руки вверх, 2 – ноги вместе, руки на пояс – повторить 2 – 3 раза, в чередовании с ходьбой на месте.

Лесник: Я каждый день по лесу хожу, все деревья в своём лесу проверяю, сухие и сломанные сучья и ветки обрубая, помогите и вы мне...

Дыхательное упражнение «Обрубим сухие ветки»

И. п. – стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу - сжаты в «замок», вдохнуть, подняв руки вверх, на выдохе наклониться, опустить руки и произнести «Ух – х – х» (повторить 5 – 6 раз)

Воспитатель: Молодцы, ребята! Помогли леснику: освободили лес от сухих и сломанных веток, отгадали все загадки о деревьях. Иван Иванович, ты говорил, что у тебя ещё много работы в лесу. Скажи, как тебе помочь? Мы готовы, правда, ребята? (ответы детей)

Лесник: Спасибо, ребята! Помощь ваша нужна, нужно всё успеть, поделимся на 2 подгруппы (построение в шеренгу, расчёт на первый – второй)

2. Основные виды движений «Помощники лесника» (подгрупповая тренировка)

1 подгруппа: «Очищают водоём от мусора»

1. «По поваленному дереву» - Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, руки в стороны, в конце сойти.
2. «По звериной тропе» - (на ковре наклеены «следы» из клейкой бумаги разных зверей) – по «заячьим следам» дети прыгают на одной ноге, с продвижением вперёд, по «волчьим следам», которые находятся на некотором расстоянии друг от друга, прыгают на двух ногах, по «лисийим следам» - прыгают – ноги врозь – ноги вместе, с продвижением вперёд, руки на поясе. Подходят к большому обручу «водоёму» и берут из обруча «мусор» (косички, кубики, кегли) и относят в «контейнер», сделанный из коробки (2 раза)

2 подгруппа: «Подкармливают лесных животных и птиц»

3. «Принеси корм» Подлезание под дуги (3 – 4 шт.) на четвереньках, подталкивая мяч головой вперёд перед собой.
- 4.
5. «Положи корм в кормушки» - Бросание мяча двумя руками от груди в баскетбольное кольцо – «кормушку» (4 – 5 раз)

Лесник: Ребята, просто замечательно! Вы быстро и правильно справились со всеми заданиями, молодцы! Сейчас сорока – самая быстрая и говорливая лесная птица – сообщит всем обитателям леса, что можно идти к кормушке за свежим кормом. Быстро все соберутся, ведь мало корма весной в лесу.

Зрительная гимнастика «Сорока»

Длиннохвостая сорока Хлопотунья белобока. По лесу летает Вести собирает.	-проследить глазами за движением птицы «далеко - близко» 6- 8 раз;
Вправо-влево, вправо-влево Все летает то и дело. С веточки на веточку Отлетает чуточку.	-движение глаз вправо-влево 6-8 раз;
Вверх и вниз, верх и вниз. Лишь смотреть ты не ленись. Затрещит и застрекочет, Будто кто ее щекочет.	-движение глазами вверх вниз 6-8 раз
Ну, сорока – егоза, Мы зажмурили глаза. Поскорей улетай Ты нам больше не мешай.	-проследить глазами по кругу в одну и другую сторону; - поморгать и зажмурить глаза.

Лесник: Теперь надо спешить на лесную опушку: привезли саженцы из лесопитомника, нужно успеть их посадить, а по пути расчистить просеку. Вчера был сильный ветер и образовался бурелом. Идёмте, мои друзья!

- Ходьба по залу, построение в 2 колонны.

Игра – эстафета «Посадка саженцев»

Дети по сигналу берут кеглю «саженец» из большой коробки (контейнера) и бегут на другую сторону зала, по пути перепрыгивая через кубики «бурелом», ставят кеглю «сажают саженец» в «лунку» - плоский обруч и бегом возвращаются обратно, по пути забирая кубик - «расчищают просеку», складывают кубики в «контейнер», касанием руки по плечу передают эстафету следующему участнику команды.

3 часть: Заключительная.

Воспитатель: Иван Иванович, ребята со всеми твоими заданиями справились, помогли сегодня тебе, устали. Проводи нас, пожалуйста, на лесную полянку, на которой мы сможем отдохнуть и зарядиться энергией земли и солнца, послушать пение птиц.

Лесник: Конечно, провожу вас, ребята! Но сначала проверю, знаете ли вы правила поведения в лесу.

М/П/И «Как вести себя в лесу» (с мячом)

Дети стоят в кругу, лесник в середине круга с мячом в руках. Он по очереди кидает мяч детям со словами «Как вести себя в лесу?» Дети должны поймать мяч, а потом бросить его обратно леснику и назвать правило поведения в лесу (например: не шуметь, не ломать ветки, не бросать мусор, не разорять птичьи гнёзда и муравейники и т. д.)

Лесник: Молодцы! Вижу, знаете, правила поведения. Теперь я спокоен, вы замечательные ребята, настоящие друзья леса! Пойдёмте, провожу вас на заветную полянку.

- Ходьба по залу в колонне по одному.

Релаксация «На лесной полянке» (2 – 3 мин.)

Воспитатель: Дети, располагайтесь поудобнее! Давайте набираться сил. Думаю, поляна с радостью отдаст нам всю добрую энергию, которую она накопила.

Дети садятся «по – турецки» на ковёр, ладонями «собирают энергию» и «выливают» на себя. Затем ложатся на спину, закрывают глаза и слушают запись щебетания птиц.

Воспитатель: Ребята, наш поход подошёл к концу, пора возвращаться обратно в детский сад. Мы сегодня помогли леснику, научились правильно вести себя в лесу. Вы - молодцы!

Лесник: Давайте прощаться, мои юные помощники! Мне нужно ещё обойти лес, проверить – не оставили ли где туристы не затушенный костёр, а для вас я вызвал специальный самолёт. Он делает санитарную обработку лесов. Много зверей и деревьев в лесу заболели, поэтому нужно срочно провести санитарную обработку, а сделать это может специальный самолёт. До свидания, ребята! Приходите ещё ко мне летом в гости. А это вам от меня подарок за вашу помощь – лесные, полезные орехи (**дарит корзинку с орехами**)

Воспитатель: Посмотрите, за нами прилетел самолёт (гимнастическая скамейка) Готовьтесь к отлёту! (дети садятся на гимнастическую скамейку, руки в стороны) В путь, друзья!

(звук взлетающего самолёта)

Во время полёта дети делают «санитарную обработку леса» - встают на гимнастическую скамейку и приседают со звуками «ш – ш – ш», «с – с – с», затем опять садятся - 2 – 3 раза.

Воспитатель: Мы совершили с вами трудный, увлекательный поход в лес, подружился с лесником, узнали много нового, показали, какие мы сильные, смелые, ловкие, трудолюбивые! Молодцы! Понравилось вам у лесника? Как вы думаете, нужна у него профессия? Почему? А что показалось вам самым интересным? Какая природа в лесу? Чем занимается лесник? (ответы детей)

А сейчас я предлагаю вернуться в группу нарисовать рисунок о своем интересном походе, полакомиться полезными, вкусными орехами и целебным травяным напитком.

Дети выходят из зала под песню «Песенка о лесе»