Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №3»Теремок»

п.Красная Горбатка

Селивановского района Владимирской области

**Непосредственно образовательная деятельность**

**(по освоению образовательной области «Физическое развитие»)**

**на тему:**

**«Богатырская наша сила»**

подготовительная к школе группа (6-7лет)

****

**Зинякова Светлана Станиславовна**

инструктор по физической культуре

высшей категории

МБДОУ №3 «Теремок»

2019г.

**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 (вес 500гр.), музыкальное сопровождение А. Пахмутова «Богатырская сила», гимнастическая скамейка, мат, канат для ходьбы, ленточки по количеству детей, палочка, колпак, бубен

**Взаимосвязь с другими видами деятельности**

***До НОД:*** «Познавательное развитие», рассматривание репродукции  картины «Богатыри» В. Васнецова

***После НОД:*** «Художественно – эстетическое развитие», изобразительная деятельность «Я солдатом стать хочу, как папа», оформить выставку для пап

**Взаимодействие с семьями воспитанников по реализации ООП**

***До НОД:*** папам рассказать о родах воск, в которых они служили

***После НОД:*** прочитать ребёнку сказку, про русских богатырей

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы  деятельности | Содержание  деятельности | Время  проведения |
| 1.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 |
| 2.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 |
| 3.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 |
| 4. 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!       *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 3 группы по*  *4 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 четыре человека на каждую станцию*  Мы будем: «проползать по мосту на животе», «перепрыгивать раскаленные угли» и «перешагивать по топкому болоту»  *(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? (ответы детей: да); Почему? (Мы сильные, ловкие, выполнили все задания). 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! Ребята, ваши папы вам рассказывали в родах каких войск они служили? (ответы детей: да, в пограничных, в артиллерийских, в танковых и др.) Когда вы, вернетесь в группу, нарисуйте, пожалуйста, солдатам, в каких родах войск вы бы хотели служить. Всем спасибо, до свиданья! | 3 минуты |

*Фото – приложение:*

***Взаимосвязь с другими***

***видами деятельности***

***До НОД:***

*«Познавательное развитие»,*

*рассматривание репродукции  картины*

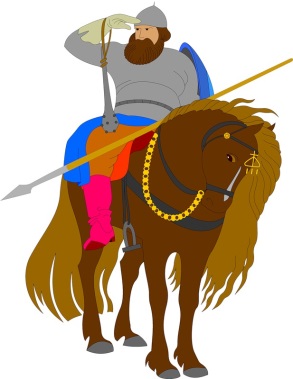
*«Богатыри» В. Васнецова*



*Процесс*

*целеполагания*



***Осуществление деятельности***



***Ходьба на носках***



***ОРУ с гантелями***

***под музыку А. Пахмутовой***

***«Богатырская сила»***



***Пальчиковая игра***

***«Каша»***



***Рисунки - схемы***

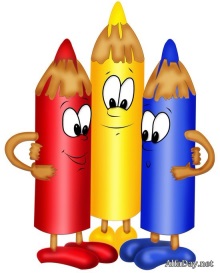
***Станции круговой тренировки***



***Русская народная игра «Косарь»***





***Процесс рефлексии***

***После НОД:***

***«Художественно – эстетическое развитие»,***

***изобразительная деятельность***

***«Я солдатом стать хочу, как папа»***

******

***Сережа Д.***

***( 6 лет)***



***Саша Р. (7 лет)***

***Вадим Ш. (7 лет)***