|  |  |
| --- | --- |
| **«Мы со спортом очень дружим» НОД для детей старшей группы** |  |

**Воспитатель МДОУ д/с № 9 «Сказка»**

**Смирнова Елена Николаевна**

**город Фурманов, обл. Ивановская.**

**Цель:** закрепить знания о зимних видах спорта, расширить кругозор, вызвать желание самим заниматься каким- либо видом спорта.

**Задачи:**

Уточнить знания детей о зимних видах спорта. Способствовать развитию умения различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Обеспечить обогащение и уточнение словаря по теме. Пробудить интерес к физической культуре и спорту. Учить петь активно, эмоционально, формировать правильное произношение звуков. Развивать чувство ритма, внимание, музыкальный слух, память. Развивать координацию речи с движениями.

**Ход занятия:**

Дети заходят в зал под песню «Кто, если не мы».

воспитатель.: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуйте!

воспитатель.: Ребята, Вы, наверное, догадались, о чем сегодня мы будем говорить? (Ответы детей, о спорте)

воспитатель.: Правильно, мы сегодня поговорим о спорте, но сначала поприветствуем друг друга.

Физкульт! привет!

Добрый день! Нам здороваться не лень!

Здравствуй, солнышко – дружок! (*подняться на носочки и потянуться*)

Здравствуй, носик-пятачок! (*дотронуться до носа*)

Здравствуйте, ладошки! (*растопырить пальцы на ладонях*)

Здравствуйте, ножки! (*наклоны к ногам*)

Здравствуйте губки! (*положение «Дудочка»)*

Здравствуйте зубки! (*положение «Заборчик»)*

В ладоши мы похлопаем! (*хлопки*)

Ногами мы потопаем! (*топот*)

Мы погладим лобик, носик, щечки! *(поглаживание, самомассаж*)

Будем мы красивыми как цветочки!

За ушами мы потрем! (*растирание ушей*)

И здоровье сбережем!

воспитатель.: Ребята с чего начинается ваше утро в детском саду?

(Ответы детей, про личную гигиену и зарядку)

воспитатель.: Чтобы быть здоровым нужно следить за собой и обязательно делать по утрам зарядку.

А с весёлой звонкой песней

Делать зарядку интересней

Раз два не зевай, песню про зарядку запевай.

(Дети становятся на квадратики и исполняют песню с движениями)

Песня «Зарядка»

(звучит музыка заходит Фиксик)

Фиксик:- Вы так звонко песню пели. Значит о спорте вы знаете не мало.

Воспитатель: Дети Вы готовы показать, все наши знания и умения.

Тогда продолжаем…

(Загадка о спорте)

Коль крепко дружишь ты со мной,

Настойчив в тренировках,

То будешь в холод, в дождь и зной

Выносливым и ловким…

Дети: «Спорт».

Воспитатель: - А что такое спорт? (ответы детей Спорт – это занятие физическими упражнениями, регулярные тренировки, спортивные соревнования).

- Как называют людей, которые занимаются спортом? (спортсменами).

Ребята, как называются спортсмены, которые тренируются в бассейне? *(слайд****«Плавание»****) - (ответы детей)*

Плавание появилось довольно давно. Ещё древние люди использовали его для передвижения по воде. Плавание развивалось, появлялись новые стили, и оно постепенно стало видом спорта.

***«Тренировка пловцов»***

4. И. п.: ноги врозь, уже плеч, руки на пояс. 1-2-махи правой ногой в правую сторону, 3-4-махи левой ногой в левую сторону. Сохранять равновесие, ноги прямые. По 5-7 раз в каждую сторону.

5. И. п.: упор присев. 1-резко выпрямить ноги назад, 2-и. п. Не прогибаться в пояснице, голову не опускать, смотреть вперед 6-8 раз.

6. И. п.: сидя, руки упор сзади. 1-4-махи ногами вверх-вниз под углом 45 градусов, 5-8- и. п. Ноги в коленях не сгибать 6-8 раз.

**Фиксик:** Посмотрите на экран, как вы думаете, как называется следующий вид спорта! *(слайд****«Художественная гимнастика»****) - (ответы детей)*

Родиной художественной гимнастики является Россия! Художественная гимнастика стала нашим подарком мировому олимпийскому движению, и мы можем гордиться этим!

***«Тренировка гимнасток»***

7. И. п.: лежа на спине, ноги вместе, руки прямые за головой

1-поднять одновременно ноги и руки, приподняв верхнюю часть туловища, коснуться головой колен, 2-и. п. Ноги в коленях не сгибать, голову вниз не наклонять. 6 раз.

8. И. п.: лежа на животе, ноги вместе, руки вдоль туловища, ладонями вверх. 1- выполнить хват кистями рук щиколоток ног, 2-поднять ноги вверх, прогнуться *(****«корзиночка»****)*, 3-4-и. п. Затылком тянуться к ступням.

9. Со скакалкой. И. п.: о. с., скакалка в обеих руках сзади за ногами

1-25-прыжки через скакалку на двух ногах на месте. Чередовать с ходьбой по скакалке 2раза по 20

- А что нужно делать, чтобы стать спортсменом? (нужно делать каждое утро зарядку, заниматься физкультурой, закаляться).

Если регулярно заниматься спортом и физкультурой, то будешь меньше болеть.

- Есть много разных видов спорта. Одними мы можем заниматься зимой, а другими летом. Давайте вспомним, какие бывают зимние виды спорта.

- Внимание на экран

(Презентация с загадками).

Воспитатель: Молодцы, с этим заданием Вы справились хорошо!

Воспитатель: - А сейчас я предлагаю вам игру «Найди пару». На столе у вас лежат картинки: на них изображены спортсмены и спортивный инвентарь. Внимательно рассмотрите картинки и соедините линиями спортсмена и необходимый ему инвентарь.

(Работа с карточками).

Воспитатель: Молодцы, Вы хорошо справились с заданием!

Фиксик.:- Предлагаю ребятам встать и со мною поиграть.

Физ.минутка «Спортсмены».

Чтоб болезней не боятся,

Нужно спортом заниматься,

Метко стреляет биатлонист,

Кружится плавно на льду фигурист

Шайбу в ворота забил хоккеист

Мчится с горы- сноубордист

Лыжники на трассе мелькают

И друг друга догоняют.

Воспитатель: Замечательные из вас получатся спортсмены. Но спортсмены должны быть не только сильными и ловкими, но и умными. А теперь поиграем в игру «Разложи виды спорта» (на доске схематично изображены лёд и снежинки). Предлагаю Вам разделить все картинки на две группы: проводимые на льду и проводимые на снегу.

(Ответы детей)

Фиксик: -Вижу вы, будущие спортсмены,

                 Ждут Вас олимпийские резервы.

                 О зимних видах спорта много знаете,

                 Тщательно все изучаете.

За ваши знания медалями вас награждаю

Их торжественно вручаю.

Итог:

Воспитатель: - Что сложного было сегодня для вас, что давалось легко, что запомнилось больше всего?