

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 47 «Радужный»  
города Новочебоксарска Чувашской Республики**

**Конспект занятия  
по физическому развитию  
(организованная - образовательная деятельность)  
в подготовительной группе  
тема: «Сказка осеннего леса»**

**Составила :  
Кашмачкова Ольга Валерьевна  
инструктор по физической культуре**

**г. Новочебоксарск-2017**

**Цель:** формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

**Обучающие:**

-Учить равняться в колонне, шеренге, выполнять упражнения ритмично, в указанном инструктором темпе;

-Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, спорт, хорошее настроение, закаливание, режим дня, витамины, чистота).

-Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.: закреплять умение подлезать под дугу несколькими способами подряд (высота дуги 35-50 см)

**Развивающие:**

- Развивать умение выполнять физические упражнения под музыку ритмично и грациозно, умение согласовывать ритм движений с музыкальным сопровождением.

- Развивать внимание, умение быстро реагировать на сигнал в ходе подвижной игры «Найди пару», «Найди свою корзину»

**Воспитательные:**

-Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности;

-Воспитывать желание прийти на помощь окружающим, помогать им. Формировать такое качество как отзывчивость.

**Интеграция образовательных областей:** «Социально-коммуникативное развитие».

«Познавательное развитие», «Речевое развитие»

**Методические приемы:**

-игровая ситуация «Путешествие в осенний лес»

-использование мультимедийного оборудования.

-подвижная дидактическая игра «Найди пару» (с усложнением):

-подвижная игра «Найди свою корзину» (с усложнением)

-малоподвижная игра на ориентировку в пространстве «Найди плод»

**Оборудование:**

**Эмблемы для детей** **1 команда-** команда с эмблемами «листочек дуба»

**2 команда** -команда с эмблемами «листочек клена»

**3 команда-** команда с эмблемами «листочек березы»

гонусы для ходьбы змейкой. кленовые листочки разного цвета (красные, зеленые, желтые) по два на каждого ребенка, поднос для листочков, спортивное оборудование для выполнения основных движений ( 2 дуги зеленого цвета, две дуги желтого цвета, две дуги красного цвета, 6 средних обручей для прыжков, 2 скамейки, коврик для спрыгивания. заранее спрятанные в физкультурном зале фрукты (яблоко, груша, виноград, слива, лимон, бананы, апельсин с надписями «ЗАКАЛИВАНИЕ», «РЕЖИМ ДНЯ», «СПОРТ», «ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ», «ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ», «ВИТАМИНЫ» , «ЧИСТОТА».

| Содержание   | Дозировка | ОМУ |
|--|-----------|-----|
| Дети под песню « Если с другом вышел в путь» входят в зал.   |           |     |
| Построение в шеренгу.  |           |     |
| <b>Инструктор:</b> Здравствуйте, ребята! Ребята, сегодня у нас будет необычное занятие – я расскажу вам сказку, а вы мне поможете. <b>СЛАЙД 1</b> (домик, жизнерадостные гномики, чудо-дерево)   |           |     |
| В волшебном лесу, в маленьком домике,<br>Жили счастливые, - добрые гномики!<br>Днём веселились, и в прятки играли...<br>Ночью - добро, для людей совершали<br>Много лет растили они Чудо-дерево, благодаря плодам которого они были жизнерадостными и здоровыми. |           |     |
| <b>СЛАЙД 2</b> (тролль, больные, расстроенные гномики, чудо-дерева нет)  |           |     |
| Но в домик гномиков пришла беда. Злой тролль украл у них Чудо-дерево, и они стали очень грустными и заболели. Ребята, как вы думаете, как можно помочь гномикам? (ответы детей).   |           |     |
| Отправляемся в лес на поиски Чудо-дерева.  |           |     |
| <b>СЛАЙД 3</b> (заставка лес)  |           |     |

| <b>1 часть. Вводная часть (3-4мин)</b>   |        |   |
|--|--------|---|
| <i>Под песню «Солнечный круг» (минус)</i>  |        |   |
| <p><b>Обычная ходьба в колонне</b><br/> <i>« По тропинке в лес пойдём, чудо дерево найдем,<br/> Весело в лесу шагаем,<br/> Все вокруг мы замечаем» СЛАЙД ... Заставка лес</i></p>                                | 2 мин. | Спину держим прямо, ноги поднимаем выше, носочек тянем, руки работают поочередно.   |
| <p><b>Ходьба на носках, руки вытянуты вверх.</b><br/> <i>«Вверх, ребята потянулись, солнышку все улыбнулись»</i></p>   |        | Тянемся как можно выше, руки прямые, ладони смотрят друг на друга, смотрим вперед.  |
| <p><b>Ходьба на пятках, руки «в замке» за головой</b><br/> <i>«Глина и сырой песок.<br/> От дождя он весь размок.<br/> Мы на пяточках пойдём<br/> И песок тот перейдем»</i></p>                                  |        | Спину держим прямо, руки «в замке» держим на затылке, локти разведены в стороны, смотрим вперед.  |
| <p><b>Ходьба на внешней стороне стопы, руки за спиной сложены полочкой.</b><br/> <i>«Вся земля в сосновых шишках.<br/> Мы сейчас пойдём, как мишки.<br/> Наступаем, не спешим<br/> И под ноги не глядим»</i></p> |        | Следим за осанкой, руки на поясе. Спину держим прямо, смотрим вперед.   |
| <p><b>Обычная ходьба в колонне</b><br/> <i>Весело в лесу шагаем,<br/> Все вокруг мы замечаем»</i></p>  |        | Спину держим прямо, ноги поднимаем выше, носочек тянем, руки работают поочередно.   |
| <p><b>Непрерывный бег по залу</b><br/> <i>«Нам уже недалеко<br/> Побежали все легко.<br/> Надо нам найти полянку,<br/> А ведь это нелегко»</i></p>   | 2 мин. | Бежим легко на носочках, следим за осанкой, руки согнуты в локтях, внимательно слушаем указания инструктора. Дышим носом, держим дистанцию. |
| <p><b>Бег змейкой</b><br/> <i>«Обегаем мы кусты.<br/> Ой! Колючие они.<br/> Обегаем мы пенечки,<br/> Не споткнуться бы на кочке»</i></p>   |        | Добегаем до линии, держим дистанцию.  |
| <p><b>Бег с высоким подниманием коленей</b><br/> <i>«Папортник на пути-<br/> Нам его не обойти<br/> Поднимаем выше ноги<br/> Нет у нас другой дороги»</i></p>  |        | Руки согнуты в локтях, кулачки сжаты.   |
| <p><b>Бег по кругу с захлестом голеней</b><br/> <i>«Ну, еще совсем немножко,<br/> Побежали по дорожке.<br/> Только лишь сверкают пятки.<br/> Побежали без оглядки»</i></p>                                       |        | Руки на ягодицах, ладонями наружу спину держим прямо, стараемся пятками ног достать до ладоней.   |
| <p>По окончании музыки сбавляем темп, переходим на ходьбу.<br/> <i>До полянки добежали<br/> И немножко мы устали<br/> Отдышаться надо нам.</i></p>   | 30 с   | Спину держим прямо, ноги поднимаем выше, носочек тянем, руки работают поочередно  |
| <p>Построение в колонну.<br/> Восстанавливаем дыхание</p>  | 30 с   | Глубокий вдох через нос, руки через стороны вверх, выдох через рот.   |

**II часть. Основная часть (16-18 мин.)**

**Построение в шеренгу.**

**Инструктор:** Посмотрите, мы пришли на осеннюю лесную поляну. (во время речи инструктора воспитатель раскладывает на пол осенние листочки (по паре одного цвета для каждого ребенка). Как много здесь осенних листьев.

**СЛАЙД 4 (лесная поляна с разбросанными листьями. Появляется леший с метлой.)**

**Инструктор:** Кто это, ребята? (леший). Дедушка леший -ты хозяин леса, не подскажешь ты нам, куда спрятал троль Чудо- дерево с волшебными плодами?

Леший говорит, что покажет дорогу к чудо-дереву, если мы поможем ему убрать листья с его поляны.

(Инструктор дает установку: « Ребята, берем по два листочка одного цвета и строимся в колонну (Дети собирают листья одного цвета в каждую руку и встают на свои места в колонну)

**Инструктор:** В колонну по трое шагом марш!.

Дети строятся в три колонны, по команде «Кругом!» разворачиваются кругом,

**Инструктор:** Все листочки мы собрали, танец с ними станцевали.

*(дети исполняют музыкально-ритмическую композицию «Листик, листик, листопад» )- 3 мин.30 сек.*

| Текст песни  | Движения   | Дозировка                               | Методические рекомендации  |
|--|--|---|--|
| Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою.  | И.п.- ноги вместе руки с листочками наверху (на счет 1-8 плавно вращая кистями опускаем листочки вниз)   | 8 раз                                   | Руки прямые. Вращаем только кисти.   |
| <b>Проигрыш</b>  | И.п. – ноги на ширине плеч, руки с листочками наверху, 1- наклон направо, 2 –наклон налево.  | По 4 раза в каждую сторону              | Руки прямые, стараемся держать около ушей, голову в плечи не втягиваем. Наклоняем только корпус. |
| <b>1 куплет</b><br>Лучик солнца отразился в чистом отблеске воды,<br>Лист осенний закружился над просторами земли.<br>Золотистым листопадом,<br>рассыпаясь в высоте,<br>Опустился на ладошку листик жёлтенький ко мне. | И.п.-ноги вместе,<br>1-полуприсяд, правую руку в сторону смотрим на листочек,<br>2-и.п., 3-полуприсяд, левую руку в сторону смотрим на листочек, 4-и.п.  | По 4 раза в каждую сторону              | Рука прямая, листочек держим вертикально, большим пальцем на себя.                               |
| <b>Припев:</b><br>Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою.  | И.п.-ноги вместе.<br>1-полуприсяд, взмахи руками (правая рука наверх, левая вниз-назад, 2- поочередно меняем руки,<br>И.п.- ноги вместе, полуприсяд, 1-16 скрещиваем руки,начиная сверху, постепенно опуская вниз. | По 4 раза в каждую сторону<br><br>8 раз | Руки прямые, не забываем пружинить ногами.   |
| <b>2 куплет</b><br>Капли дождика искрятся и сверкают на воде.<br>Лист осенний уплывает, как кораблик по реке.<br>Загадаю три желанья, тихо ветру прошепчу,<br>Листик желтый, словно птицу из ладошки отпущу            | И.п –ноги вместе, руки с листочками за спиной. 1-выпад, правая нога впереди, правая рука вперед, показываем листочек, 2-и.п., 3-выпад, левая нога впереди, левая рука вперед, показываем листочек, 4-и.п.          | 8 раз                                   | Спину держим прямо, задняя нога прямая, руки в локтях не сгибаем.                                |
| Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою   | И.п.- ноги вместе, листочки за спиной 1-выпад вправо, листочек держим в правой руке около уха, 2-и.п., 3- выпад влево,   | По 4 раза в каждую сторону              | Спину держим прямо, выпад как можно глубже, противоположная нога прямая.                         |

|  |  |                             |   |
|--|--|-----------------------------|---|
|  | листочек в левой руке, 4-и.п.  |                             |   |
| Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою | И.п.- ноги шире плеч, руки в стороны. Среженные движения рукам, поочередно то к правой, то к левой ноге  | По 4 раза в каждую сторону  | Руки прямые, ноги в коленях не сгибаем.   |
| Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою | И.п.- ноги вместе, руки в стороны. 1-приседания, руки через стороны вверх-вперед, 2-и.п.   | 8 раз                       | Руки прямые, спину держим прямо.  |
| Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою | И.п. -стоя на коленях, руки за спиной. 1- садимся на пятки, руки с листочками скрепляем перед лицом, 2 –и.п..  | 8 раз                       | Спина прямая, полностью садимся на пятки.                                       |
| Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою | 2 приставных шага вправо, с круговыми движениями рук вправо, 2 приставных шага влево с круговыми движениями рук влево.                               | По 2 шага в каждую сторону. | На один шаг делаем один круг руками, руки прямые.                               |
| Листик, листик, листопад.<br>Кто же в этом виноват?<br>Может ветер озорной<br>поиграть решил с листвою | И.п.-ноги вместе, руки внизу. 1-3 -шаги в сторону с поворотом, 4 –ногу представляем, 1-4 махи листочками (кистями рук). Аналогично в другую сторону. | По 3 шага в каждую сторону. | Шаги делаем в соответствии со счетом. Руки держим прямо, работают только кисти. |

*(После выполнения музыкальной композиции инструктор обращает внимание на то, что на слайде появляются лесные зверюшки.)*

**Инструктор:** Посмотрите, ваш танец так хорош, что лесные зверюшки пришли посмотреть на вас. Они просят, чтобы вы научили их интересной игре. Им порою бывает так скучно в лесу.

В какую игру мы можем поиграть с листочками.

Дети: «Найди пару» (3-4 мин)

**Инструктор:** Закрепляем разные виды прыжков.

Проводится игра «Найди пару» (на закрепление разных видов прыжков)

1. прыжки на одной ноге с продвижением вперед, энергично отталкиваемся руками (ищем листочки такого же цвета).

2. прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваемся руками (ищем листочек такого же цвета, но другую пару)- Меняемся листочками (берем в руки листочки другого цвета)

3. подскоки с перекрестным движением рук (ищем пару).

**Дыхательное упражнение «Ветер»**

*(берем листочки двумя пальцами за кончик, глубокий вдох носом, выдох ртом.*

*Дуем сначала на один, затем на второй листочек)*

По окончании игры инструктор делает установку на то, чтобы дети отнесли листочки на поднос к воспитателю..

**Построение в шеренгу.**

**Инструктор:** Мы выполнили просьбу Лешего и лесных жителей. (листочки со слайда улетают)

Леший показывает дорогу к Чудо-дереву. Вам нужно преодолеть препятствия.

**СЛАЙД 5** (болото с кочками, сломанные деревья, мостик через речку)

Вас ждёт топкое и вязкое болото. (обручи-кочки на болоте). Затем нужно будет пролезть через сломанные деревья (дуги разной высоты). Потом вы увидите реку, через которую нужно будет пройти по мостику. (две гимнастические скамейки. В добрый путь!

**Выполнение основных движений выполняется способом круговой тренировки.**

*(Дети делятся на три подгруппы: (кленовые, березовые и дубовые листочки) Задания выполняются по подгруппам. По сигналу инструктора, подгруппы меняются местами для последующего выполнения задания.)*

## ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ (5 мин.)

### 1 подгруппа

1 Проползание -под дугами на коленях, упор на ладони, на локти, по пластунски.

### 2 подгруппа

1. Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны.

### 3 подгруппа

Прыжки на двух ногах, руки на поясе. из обруча в обруч.

### **Построение в шеренгу**

**СЛАЙД 6** (три дерева: клен, дуб, береза, около каждого дерева корзина, по полянке вперемешку разбросаны листья)

**Инструктор:** Пришли на поляну, три дерева, листья уже почти опали. Корзины стоят.

Вы видите здесь чудо дерево?

Дети: (нет)

**На слайде появляется Баба-Яга.**

**Инструктор:** Бабулечка -Ягулечка не знаешь ли ты куда троль Чудо-дерево спрятал?

Баба-Яга говорит, что ей нужно сварить волшебное зелье, для чего необходимо разобрать листья по корзинам. Если мы ей поможем, то она скажет нам слова заклинания, после которого появится Чудо-дерево.

**Проводится свою игра «Найди корзину» (3 раза)-3-4 мин.**

*(Дети под музыку бегают по залу, после окончания музыки «листочки» собираются около корзины.*

*При повторном проведении игры-воспитатель меняет корзины местами)*

**На слайде листочки распределяются по корзинам.**

## III часть. Заключительная (5-7 мин.)

### **Построение в шеренгу.**

**Инструктор:** Мы выполнили просьбу Бабы-Яги. Она нам говорит заклинание. Нужно топнуть правой ногой сказать «КЫС», топнуть левой ногой сказать «БРЫС», повернуться вокруг себя, сказать «ПОВЕРНИСЬ», хлопнуть в ладоши и сказать «Чудо дерево, явись!»

*(дети повторяют слова заклинания и на слайде появляется «Чудо-дерево»)*

### **СЛАЙД 7 (Чудо-дерево без плодов)**

**Инструктор** Чудо-дерево на месте, где же волшебные плоды? Это опять проказы злого тролля. Я знаю, спрятал их у нас в зале. Наша задача найти волшебные плоды.

Дети ищут 7 заранее спрятанных в физкультурном зале фруктов (яблоко, груша, виноград, слива, лимон, бананы, апельсин с надписями «ЗАКАЛИВАНИЕ», «РЕЖИМ ДНЯ», «СПОРТ», «ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ», «ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ», «ВИТАМИНЫ», «ЧИСТОТА».)

**Проводится малоподвижная игра на ориентировку в пространстве**

**«Найди, что спрятано» (2-3 мин). Дети читают надписи на плодах.**

### **Построение в шеренгу.**

**СЛАЙД 8 ( На Чудо-дереве появляются плоды с надписями, здоровые жизнерадостные гномики.)**

**Инструктор:** Молодцы! Мы победили злого тролля, нашли Чудо-дерево и помогли гномам. Теперь они снова здоровые, потому что им помогли плоды с Чудо-деревя. А вы поняли, что нужно делать, чтобы быть здоровым? (ответы детей)

**Инструктор:** На этом наше путешествие закончилось. Что вам запомнилось больше всего? Чему вы научились? (ответы детей).

**Инструктор:** Пора отправляться в детский сад. Я надеюсь, что когда вы приедете в детский сад вы обязательно расскажете своим друзьям, родителям о нашем увлекательном путешествии.

Садимся в машину.

Направо.(построение в колонну) Поехали.

*(Дети под композицию «Колесики». строятся в колонну,*

*и имитируя движения песни делают один круг по залу и выходят из него.)*

**Использованная литература:**

1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М. А. Васильевой.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
2. Д.В. Хухлаева. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. Учеб. Для учащихся пед.уч-щ .-М.:Просвещение, 1984.
3. Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
4. Э.Я. Степаненкова. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/иАвт.-сост. Э.Я Степаненкова.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.