

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
многопрофильный лицей №16 г. Жигулевска, г. о Жигулевск Самарской области
структурное подразделение детский сад «Вишенка»

**Конспект непосредственно образовательной
деятельности по физическому развитию
«Путешествие вокруг света»
с детьми подготовительной группы
комбинированной направленности**



Подготовила и провела:
инструктор по физической культуре
Соболева Елена Викторовна

г.о. Жигулевск

Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Познавательное развитие».

Задачи:

Воспитательные:

- вызвать интерес у детей к занятиям с фитболами, эмоционально-положительное отношение к занятиям физической культурой.
- воспитывать у детей личностные качества: уверенность в своих силах, любознательность, чувство товарищества;

Оздоровительные:

- способствовать формированию правильной осанки, развивать мышечную систему путем выполнения упражнений на гимнастических мячах;
- развивать дыхательную систему,
- формировать правильное речевое дыхание и просодику у детей с нарушением речи;

Образовательные:

- развивать координацию движений и глазомер детей при метании в горизонтальную цель;
- упражнять детей в прыжках в длину с места используя мяч-фитбол;
- формировать у детей умение выполнять кувырок вперед;
- совершенствовать у детей умение лазать по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой
- развивать у детей чувство ритма, артикуляционную и мелкую моторику;
- упражнять в правильном произношении чистоговорков и речовок.
- расширять словарный запас детей: фитбол, папуасы, Австралия, Азия, Африка, джунгли, барабан – там-там.

Оборудование: фитболы, киндер сюрпризы, кегли (*по количеству детей*), корзина, маты, мультимедийное оборудование и презентация, музыкальный центр, пособие «Коврик настроений».

Ожидаемый результат:

- у детей появится интерес к фитболу и желание работать с ним самостоятельно;
- дети овладеют комплексом упражнений с фитболом, способствующим профилактике нейроортопедических нарушений;
- дети активизируют представления о некоторых частях света и пополнят словарный запас.

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
Вступительное слово.			
<p>Инструктор: Здравствуйте, ребята! Я пришла к вам не одна, а со своим самым лучшим другом. Кто знает, как его зовут? Правильно - это фитбол. Скажите: «Фитбол». Я его очень люблю. Посмотрите, ребята, какой он большой, разноцветный. А еще он волшебный, на нем можно путешествовать по всему свету. Вы хотите отправиться в путешествие? Но у меня есть фитбол, а у вас нет. Давайте каждому из вас найдем такого же друга. Кто не боится трудностей и любит приключения, пойдемте со мной. А какие качества нам пригодятся в пути? (<i>Внимательность, смелость, дружба, заботливость, взаимовыручка.</i>) Проверили свою осанку. Направо! В.обход по залу шагом марш!</p>			
I.	<p>Вводная часть</p> <p style="text-align: center;">В пути</p> <p><i>Мы команда хоть куда, Не пугает нас беда. Мы шагаем по дороге Поднимаем дружно ноги. - Ходьба друг за другом по массажным коврикам Ветви низко наклонились, Мы гуськом теперь пустились. - Ходьба в приседе На коленях мы пойдём, И фитбола след найдем. - Ходьба на коленях, на четвереньках Поднимаемся на высокую гору. Оседлали скакуна. Вперед! - Бег прямой галоп, бег с махом прямой ноги в сторону Давайте, для радостного настроения надуем красивые шарики. - Ходьба с использованием дыхательных упражнений Какого они цвета? Отпустим их в небо. Что - же разноцветное у нас получилось в небе? (Радуга). А мне кажется, что наша радуга никуда не улетела, а опустилась где-то совсем рядом. Ребята, подойдите. Посмотрим, что же это? (открыть накидку на мячах) Полянка. Вот они, наши друзья! Взяли мяч так, как я. Отправляемся дальше в кругосветное путешествие. Скажем волшебные слова: Мяч волшебный, повернись, В шар воздушный превратись. Круговые движения вокруг своей оси, широко обняв мяч Летим на воздушном шаре! - Взяли шар за рожки, подняли над головой. Легкий бег с мячом в руках над головой. с расхождением через середину в две колонны Полетели, полетели, Все моря перелетели. Полетели, полетели, Остановились и где же очутились?</i></p>	<p>50-60 с.</p> <p>1-1,5 мин.</p> <p>30 с.</p> <p>10с.</p> <p>30 с.</p>	<p>Музыкальное сопровождение. Инструктор идет противходом.</p> <p>Руки за спину, обхватить локти. Следить за осанкой.</p> <p>Следить за осанкой. Следить за дыханием через нос.</p> <p>Носом – вдох, выдох – через щеки, руками имитация надувания шарика.</p> <p>Открыть накидку на мячах</p>

II.	Основная часть Мы попали, ребята, в Африку. А в Африке живут папуасы, они занимаются охотой. Я, вождь племени Чики -Туки, приглашаю вас совершить ритуал, чтобы наша охота была удачной. Воины моего племени сильные, они поднимают тяжелые камни. Наш фитбол превратился в камень.	Слайд «Папуас». Надеть убор из перьев	
1.	ОРУ с фитболом «Камень» И. п.: о.с. руки с мячом внизу; 1 - поднять мяч вверх; 2 - и.п.	8 раз	
Чтобы отправиться на охоту, нам необходимо взять копья. Все воины взяли копье. Посмотрите на вождя: наклон вправо, сказали: «Хе!», те же движения влево.			
2.	«Покажи свое копье» и. п. - сед на мяче, широкая стойка, руки в стороны, согнуты в локтях, кисти в кулаке на уровне головы; 1-3 - наклон вправо, руки вверх, в стороны, кисти в кулаке; 2- 4- и. п.	По 6 раз	Выполнять при небольшой вибрации мяча, произносить на активном выдохе: «Хе!»
Чтобы охота была удачной, поклонимся солнцу. Пусть оно поможет нам.			
3.	«Поклон солнцу» и. п. - сед на мяче, широкая стойка, ладони перед грудью вверх; 1-2 - наклон к полу, лбом тянуться к мячу; 3-4 - и. п.	6-8 раз	Следить за осанкой
Воины моего племени должны быть сильными, а для этого нам нужно тренироваться			
4.	«Тренировка» и. п. лежа на спине мяч, между стоп, руки вдоль туловища; - поднять прямые ноги вверх; - и. п.	6-8 раз	Ноги прямые
На охоте мы должны быстро бегать, а для этого надо тренировать ноги так: касаться коленом мяча и говорят: «Ха!» Приготовились, подняли фитболы вверх, выполняем упражнение.			
5.	«Бег по джунглям» И. п.: о.с, мяч поднят высоко перед собой; - удары коленями по мячу.	8-10 раз	Произнесение на активном выдохе: «Ха!»
Нужно развести костер. Посмотрите, как я прокатываюсь вперед, тянусь за руками и дую. А теперь выполняем вместе со мной.			
6.	«Разведем костер» И. п.: стоя на коленях перед мячом, руки на мяче; 1—2 — прокатиться на мяче вперед; 3-4 - прокатиться назад.	5-6 раз	Руками тянуться вперед, активный вдох
Призовем богов на помощь. Наш фитбол превратился в барабан там-там. Будем ударять по нему широко раскрытой ладонью и говорить: «Бум!» Посмотрите на меня.			
7.	Там-там» И. п.: стоя на коленях перед мячом, ладонь раскрыта. - удар, на выдохе – «бум» -и.п.	8 раз	Следить за осанкой
8.	Пряжки на мяче с одновременными ударами по мячу	20 *2 раз	

	Этим танцем вы пожелали папуасам доброй охоты. Спасибо вам! (<i>Перья снять.</i>) Ну а нам пора отправляться дальше. Отправимся дальше на подводной лодке.	
	<p><i>Шар волшебный, повернись, В подводную лодку превратись!</i></p> <p>Сели на колени, задраили люки, завели моторы, легли на мяч, включили лопасти, посмотрите, как я это делаю. Моторы работают долго, на выдохе. Вдох, тр-тр-р... Если мы выполним правильно, то обязательно увидим что-нибудь интересное.</p> <p><i>Лежа животом на мяче, поднимая попеременно ноги</i></p> <p>Мне нравится, когда вы не сгибаете колени.</p>	Опора на ладони и ступни. Поднимать прямую ногу Четко произносить на выдохе звуки тр-тр-р...
	<p><i>Что же это впереди?</i></p> <p>А где живут пингвины? Пингвины живут только в Антарктиде. Там, ребята, очень холодно. Давай те погреемся: разотрем ладони, руки.</p>	Слайд «Пингвины». Произносится чистоговорка «Ин-ин-ин на пути у нас пингвин»
	ОВД	
	Ребята, чем питаются пингвины? Правильно, рыбой. Сейчас мы поможем нашим пингвинам наловить рыбы.	
1.	Метание мешочков в горизонтальную цель (корзину)	3-4 мин.
	Принять правильное и. п.	
	<p>Сколько же рыб вы поймали? Молодцы! Давайте подарим эту рыбу пингвинам, пусть они радуются.</p> <p>Ну а нам пора отправляться дальше. Отправимся дальше на подводной лодке.</p> <p><i>Мяч волшебный, повернись, В вертолетик превратись! Смотрите-ка, ребята, Чудесная страна, Зверей совсем невиданных Покажет нам она</i></p> <p>Куда это мы попали?</p> <p>Правильно, кенгуру живет в Австралии. Чем же необычен этот зверь? Верно, у него есть сумка-карман, в котором живет малыш. Как его зовут? Кенгуренок. Встали в шеренгу.</p>	
	Слайд «Кенгуру» Произносится чистоговорка «Ру-ру-ру встретили мы кенгуру»	
2.	Прыжки на фитболе на месте и с продвижением вперед	2 раза прямо 1 раз по кругу
	Принять правильное и. п. Следить за осанкой и техникой безопасности.	
	<p>Мама очень любит своего малыша, и, чтобы он не упал, хорошо закрывает карман - фитбол спрятали за ногами, держимся руками за ручки и весело прыгаем на месте. А теперь отправимся на другую сторону поляны. Ах, какие забавные эти зверюшки!</p> <p>Наше путешествие продолжается.</p> <p><i>Шар волшебный, повернись, И в машину превратись</i></p> <p>Взялись за рули и поехали</p> <p><i>Вот это красота! Что это? Джунгли!</i></p> <p><i>А в джунглях живут ловкие обезьянки. Они умеют кувыркаться и ловко лазать по лианам</i></p>	
	Слайд «Обезьяна». Произносится чистоговорка «Ян-ян-ян много видим обезьян»	
3.	Кувырок в перед и лазанье по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой	2 раза

	<p>Как жарко в джунглях! Правда, ребята? Так хочется опять поплавать в море. <i>Покрутились, покрутились, В теплом море очутились!</i> Я знаю игру, которая называется «Дельфины».</p>		
	<p>Подвижная игра «Дельфины» (речь с движением) В море бурном, в море синем - <i>волнообразные движения правой рукой</i> Быстро плавают дельфины - <i>волнообразные движения левой рукой</i> Не пугает их волна, рядом плещется она - <i>волнообразные движения руками в замке</i> Проплывает мимо кит - <i>волнообразные движения соединёнными ладонями</i> Быстро рыбкам говорит – <i>раскрытие ладоней до запястий</i> 1,2,3,4,5 рыбкам надо уплыть – <i>загибание пальцев одновременно на обеих руках</i></p>	3 раза	<p>Дети проговаривают за инструктором по 1 строчке и выполняют движения На последние слова дети на мячах – фитболах убегают от кита (водящего) Пойманная рыбка останавливается на месте с поднятыми вверх руками, её может спасти другая рыбка, коснувшись рукой.</p>
III.	<p>Заключительная часть Много частей света мы повидали. <i>А теперь пора домой, В край чудесный наш родной.</i> Ребята, давайте полетим домой на ковре-самолете. (<i>Лежа на спине, ноги на мяче</i>)</p>		
	Релаксация «Полет»	1,5-2 мин	Музыкальное сопровождение
	<p><i>Раз, два, три, четыре, пять, Начал наш ковер взлетать. Над полями, над лесами, Над глубокими морями. Мы быстрее ветра мчимся, Где же с вами приземлимся? Ну вот мы с вами и дома. Ребята, кому понравилось наше путешествие? А что стало с вашим настроением? У меня остался фрагмент ковра-самолета, но только все узоры с него разлетелись. Это не беда, мы его сейчас украсим. У нас в зале есть маленькие нарисованные шарики. Одни грустные, а другие веселые. Выберите такой, который передает ваше настроение сейчас и украсьте им наш коврик</i></p>		
	Диагностика «Коврик настроения»	1,5-2 мин	Музыкальное сопровождение
	<p>Какая красота! Вы запомнили, как зовут моего лучшего друга? Фитбол! Я надеюсь, что он стал и вашим лучшим другом. А давайте возьмем фитболы в группу и расскажем всем остальным ребятам о своем путешествии, научим их интересным упражнениям на фитболе. Согласны? А я благодарю вас, ребята. Вы такие смелые, ловкие, находчивые и очень дружные. Пойдемте в группу.</p>		