

Суркина Светлана Борисовна
инструктор по физической культуре
МДОАУ №90, г.Оренбург

Конспект физкультурного занятия «Олимпийские звездочки»

Старшая группа

Образовательная область

«Физическое развитие»

Цель: Создание условий для обеспечения активного, эмоционально-насыщенного и всестороннего развития личности ребенка на основе его включения в физическую деятельность. Сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи:

Воспитательные: Развивать у детей интерес к подвижным играм и физическим упражнениям с использованием предметов (флажками). Формировать умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других.

Развивающие: Развитие потребности у детей практических знаний о возможностях использования стандартного и нестандартного оборудования в играх и упражнениях, на занятиях физкультуры.

Образовательные: Формировать у детей знания о разных видах движений и способах их выполнения. Упражнять детей в метании в горизонтальную цель, в ведении шайбы клюшкой, ходьбе и беге с выполнением заданий. Учить детей выполнять основные правила игры, участвовать в эстафетах, согласовывать действия с текстом и музыкой. Научить детей снимать напряжение, расслабляться, уметь управлять своим поведением.

Оздоровительные: Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении. Приобщать детей к физической культуре.

Расширять и активизировать словарный запас: олимпиада, чемпион, олимпийский огонь, биатлон, хоккей.

Приемы руководства деятельностью детей на занятии:

Приемы постановки целей и мотивации деятельности детей: желание участвовать в олимпийской зарядке, играх, эстафетах, стать олимпийскими чемпионами.

Приемы активизации деятельности детей в процессе занятия: беседа, создание проблемной ситуации, создание условий для формирования двигательных умений и навыков, физических качеств, отгадывание загадок о спорте.

Приемы организации практической деятельности детей: демонстрация двигательных умений и навыков, выполнение основных движений в упражнениях и подвижных играх.

Приемы поддержания интереса у детей: планирование, музыкальное сопровождение, использование рационального способа организации детей, эффективное использование физкультурного оборудования.

Приемы оценки и самооценки: поощрение, подведение итогов занятия совместно с детьми.

Создание среды для организации и проведения занятия: аудиозапись «Вливайся в эстафету», флажки, пластмассовые мячики, корзины, пластиковые лыжи, факелы из бумаги, пластмассовые ворота,

Виды детской деятельности на занятии: игровая, коммуникативная, двигательная, музыкальная.

Ожидаемые результаты: Дети проявляют интерес к играм и упражнениям с флажками, мячами, клюшкой и шайбой, совершенствуют свои умения и навыки метания, развивается глазомер, координация движений, ловкость, ритмичность, согласованность движений, ориентировка в пространстве, имеют представление о различных видах спорта.

Критерии оценки деятельности детей на занятии:

1. Усвоение задач занятия всеми детьми.
2. Оптимальность физической нагрузки, двигательной активности.
3. Положительный эмоциональный тонус детей.

1. Вводная часть

Дети приветствуют гостей.

Построение в шеренгу. Равнение. Проверка осанки.

Сегодня, я хочу предложить вам стать олимпийскими спортсменами и принять участие в различных видах спорта. Показать свою ловкость, силу и выносливость, и добиться спортивных успехов. Вы согласны? (ответы детей)

В.- Чтобы стать олимпийским спортсменом нужно вспомнить олимпийскую клятву спортсменов:

«От имени всех спортсменов я обещаю, что мы будем участвовать в этих Олимпийских играх

- уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся,
- в истинно спортивном духе, во славу спорта и во имя чести своих команд»

Дети: Клянусь, клянусь, клянусь.

Но чтобы скорее стать олимпийскими чемпионами, вам необходимо сделать разминку.

Кто с разминкой справится,

В олимпийскую команду зачисляется.

Дети выполняют: Различные виды ходьбы и бега с заданиями.

Ходьба на носочках, руки в стороны.

Ходьба на пятках, руки за спину. Ходьба, одна нога на носок, другая на пятку, руки на пояс.

Подскоки с высоким подниманием колена, руки на пояс по кругу в среднем темпе.

Бег приставным шагом в сторону, руки на пояс, по кругу в среднем темпе.

Ходьба враспынную по залу, по команде, найти свое место в колонне, и ходьба за ведущим.

Ходьба «змейкой».

В.- Мы будем участвовать в различных видах спорта,

Нам понадобится ловкость и сноровка,

Поэтому нам нужна с флажками тренировка.

Поскорее в 2 колонны вставайте

И за мной все повторяйте.

Перестроение в 2 колонны.

2. Основная часть.

Общеразвивающие упражнения с флажками

1. И.п. – основная стойка, руки с флажками перед собой. Ходьба на месте.
2. И.п. – основная стойка, руки с флажками перед собой.
1- флажки вперед; 2- флажки вверх; 3- флажки в стороны;
4- флажки вниз.
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки с флажками наверх; 1- руки с флажками в стороны; 2- скрестить над головой.

4. И.п. – о.с.- ноги вместе, руки с флажками внизу; 1- пружинка, одна рука вверх, другая вниз; 2 – пружинка меняем руки.

5. И.п. – о.с.ноги вместе, руки с флажками внизу; 1- шаг влево, руки в стороны; 2- и.п. 3- шаг вправо, руки в стороны; 4- и.п.

6. И.п. – о.с.ноги на ширине плеч, руки в стороны; 1- флажки скрестно перед собой, 2- и.п.

7. И.п. – о.с., ноги на ширине плеч, руки с флажками вверх, движения влево, вправо. Перестроение в одну колонну, дети убирают флажки на место.

Перестроение в 2 колонны.

Много маленьких спортсменов в нашем садике родном,
Будете вы отличной сменой именитым все спортсменам,
Я открою вам секрет – лучших спортсменов на свете нет!

Так крикнем друг другу: «Физкульт...- Привет!»

Основные виды движений

Тот огонь в огромной чаше –

Для спортсменов нету краше!

Все его увидеть рады –

Началась олимпиада!

(Олимпийский огонь)

1. Эстафета «Олимпийского огня», бег с факелом.

Лыжник с винтовкой к мишени спешит,
меткостью, ловкостью всех удивит, снял он винтовку,
прицелился он, этот вид спорта зовут ... (Биатлон)

2. Игровое задание «Биатлонисты».

дети на пластмассовых лыжах добегают до корзины, где лежат пластиковые мячики и бросают в пустую корзину, возвращаются и передают лыжи следующему. Метание в горизонтальную цель. (1 раз)

И мяч, и шайбу клюшкой бей,

Называюсь я ... *(Хоккей)*.

3. Игровое задание «Хоккеисты».

участники с клюшкой в руках ведут шайбу до сигнальной линии, затем забивают ее в ворота, возвращаются и передают клюшку с шайбой следующему. (1 раз)

Заключительная часть.

Подвижная игра «Море волнуется раз»

Раз, два, три – игру начни!

Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три,

Фигура (боксера, прыгуна, пловца, хоккеиста, лыжника, бегуна, биатлониста и т.д.) замри!

Игроки замирают, изображая «спортивные фигуры». Ведущий подходит к любому игроку, дотрагивается до него рукой- игрок изображает, кого именно он показывает. Задача ведущего – отгадать, что это за фигура. Выбрать лучшую.

Подведение итогов

Построение в шеренгу

Ребята, вам понравилось быть олимпийскими спортсменами?

В каких видах спорта вы принимали участие?

Что понравилось?

Какие трудности были?

Какие символы олимпиады вы теперь знаете?

Какими мы стали после олимпийских соревнований?

Ребята, вы молодцы! Вы хорошо справились со всеми заданиями, мне было очень приятно сегодня видеть, какими вы стали сильными, ловкими, выносливыми, быстрыми!

Мы обязательно поучаствуем еще в летних олимпийских играх, но для этого нужно заниматься физкультурой.

До свидания! Будьте здоровы!