

Тема: «Путешествие на северный полюс».

Тип ООД – сюжетно-игровое

Цель: обогащение двигательного опыта детей, осуществление профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата на основе индивидуального и дифференцированного подхода; создание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой.

Оздоровительные задачи:

1. Способствовать развитию физических качеств воспитанников (ловкость, точность движения, координацию) через обучение ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке. повысить работоспособность разных групп мышц
2. Упражнять детей в ползании на четвереньках, пролезании в обруч.
3. Осуществлять профилактику и коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата на основе индивидуального и дифференцированного подхода с помощью «стретчинг - массажа».
4. Способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции двигательной сферы детей.
5. Развивать физиологическое и речевое дыхание

Образовательные задачи:

1. Обогащать знания детей о диких животных севера, словарного запаса.
2. Совершенствовать навыки количественного и порядкового счета в пределах 10.
3. Способствовать дифференциации и автоматизации звуков «С-Ш», «С», «Ш», («ДЖ»)

Воспитательные задачи: Воспитывать внимание, выдержку, дружелюбие.

Методы и приемы: информационно-рецептивный метод, наглядный метод, репродуктивный метод, игровой метод, метод творческих заданий, поточный метод, фронтальный метод, вербальный метод, практический метод, метод индивидуального дифференцированного подхода, метод поощрения.

Оборудование:

- ИКТ: ноутбук, проектор, экран;
- схемы: №1 «Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом», №2 «Ползание на четвереньках», №3 «Подлезание в обруч».
- предметы: мяч с шипами (d – 35 см), гимнастическая скамейка, мягкие модули, эмблема самолета «веселого», «грустного».

Словарная работа: песец.

Ход педагогического мероприятия

Педагогическая ситуация:

И.Ф. Ребята! У вас у всех наверное есть друзья. А вот у Умки медвежонка, который живет на Северном полюсе потерялся друг. Послушайте! (Включить видео-Умка говорит о том, что он ищет друга-мальчика))

И.Ф. Что вы на это скажите ребята !?-ответы детей.... Кого ищет Умка? Что будем делать? ответы детей...

И.Ф. А вы хотите стать Умке друзьями?

И.Ф. Сколько же у Умки будет друзей? Давайте посчитаем! Выйди сюда (называю имя ребенка) и посчитай детей. Правильно, всего 10 детей. Так сколько у Умки будет друзей ребята? (Дети повторяют-10). А сколько среди друзей у Умки будет девочек? А сколько мальчиков? А кого больше, девочек или мальчиков?

И.Ф. Ребята! На каком виде транспорта мы отправимся с Вами на Северный полюс. (На самолете)

И.Ф. Чтобы не потеряться в полете мы будем с вами лететь друг за другом. Твой самолет (спрашиваю у первого ребенка), какой по порядку ? (спросить у каждого).

И.Ф. Молодцы летчики! Не потеряетесь в пути.

Часть занятия	Содержание занятия	Методические указания/Дозировка.
<p>И.Ф Приготовились летчики к полету! (команда - на право!)</p> <p>Выезжаем на взлетную полосу.</p> <p>Дорога дальняя и самолеты надо подготовить к полету. Проверим шасси.</p> <p>Заводим моторы. Произносим звук «Дж»</p>	<p>1.Вводная часть</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом в среднем темпе.</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом на носках (30 сек.)</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом на пятках (30 сек.)</p>	<p>По команде инструктора построение в одну колонну.</p> <p>Дистанция на вытянутую руку. Ходьба след в след.</p> <p>Руки за голову ходьба на пятках, носок максимально на себя, спина прямая</p>

<p>Полетели! Крен влево!</p> <p>Крен вправо!</p> <p>Подлетаем к заснеженной тундре.</p> <p>Выравниваем самолеты и идем на посадку. Приземлились.</p> <p>(Включаю презентацию). Как ярко блестит снег! Хочется зажмурить глаза. Закройте глаза сильно, сильно а теперь откройте и поморгайте</p> <p>Северный полюс еще далеко.Нужно спешить</p> <p>Идём по сугробам. Сугробы становятся всё выше и выше.</p> <p>Здесь без специального снаряжения не обойтись. Нам нужно зайти на туристическую базу и взять лыжи.</p> <p>Посмотрите, как правильно ходить на лыжах. А теперь все вместе. Лыжи скользят по снегу и слышится звук: «Ш-С, Ш-С.....» Дорога становится не ровной и извилистой и снег скрипит: «Ш», «Ш», , «С», «С».... Трудным был этот отрезок нашего пути, но мы успешно с ним</p>	<p>Лёгкий бег друг за другом по залу.</p> <p>Бег в колонне друг за другом по залу с легким наклоном на левую сторону. Бег в колонне по залу с легким наклоном на правую сторону.</p> <p>Бег в колонне друг за другом в медленном темпе.</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом.</p> <p>Приседают.</p> <p>(проводится гимнастика для глаз). Зажмурить сильно глаза (5 сек.), открыть и поморгать (8-10 раз повторить).</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом с высоким подниманием колен.</p> <p>Берём в руки палки для «скандинавской» ходьбы.</p> <p>Показ техники «скандинавской» ходьбы.</p> <p>Ходьба по кругу с опорой на палки.</p> <p>.</p> <p>Ходьба змейкой; ходьба с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени.</p>	<p>Дистанция на вытянутую руку.</p> <p>Дистанция на вытянутую руку.</p> <p>Дистанция на вытянутую руку</p> <p>Дистанция на вытянутую руку</p> <p>Дистанция на вытянутую руку</p> <p>Палки подобраны с учетом ростовых показателей детей.</p> <p>Дистанция на вытянутую руку</p>
--	---	---

<p>справились!</p> <p>Наконец вышли на заснеженную равнину. Нужно согреться! (включаю «северное сияние»)</p> <p>На северном полюсе бывает удивительное явление северное сияние. Оно окрасило снежные комки в разные цвета (розовые и синие мячи с шипами).</p> <p>Давайте с ними поиграем! Девочки станут в шеренгу там где лежат розовые мячи. Мальчики-где синие мячи.</p> <p>«Греем ноги»</p> <p>«Двигаемся в гору»</p> <p>«Покатились с горы»</p> <p>Ребята! Приближается снежная буря.</p>	<p>2. Основная часть.</p> <p>«Стрейтчинг-массаж»</p> <p>Прокатывание мяча ногами – стопами. По часовой и против часовой стрелки.</p> <p>Сидя на полу ноги вытянуты, зажать мяч ногами, продвигаясь вперёд, назад (двигаемся в гору) (3-4 раза).</p> <p>Сгруппироваться спина круглая. Ноги согнуты в коленях, мяч зажат коленями, руки обхватывают колени (покатились с горы).</p> <p>Сели на мячи немного попрыгали, руки в упоре сзади прокатывать таз по мячу вправо влево, вперёд- назад.</p> <p>Лечь на живот, руки вытянуты вперёд-перекаты по полу вправо и влево.</p> <p>Сед на колени и на пятки мяч обнять руками и сделать круглой спину.</p> <p>Исх. Положение то же. Мяч перед коленями, ладони по бокам мяча, перед коленями .</p> <p>Лечь грудью на мяч Ногами толкая туловище вперёд, прокатываем грудь и живот по мячу , прогнуться с опорой на руки посмотреть вверх. Вернуться в И.П.</p> <p>Основные виды движений:</p> <p>Ползание на четвереньках змейкой между предметами (расстояние 3-4 м).</p>	<p>Построение в две колонны.</p> <p>Ноги прямые, продвижение вперед и назад на бедрах. Руки согнуты в локтях, движутся вдоль корпуса</p>
--	---	--

<p>Поднялся ветер! Надо искать укрытие. А я потеряла компас. Кто поможет мне разобраться с этой картой, куда нам надо идти? (показать схему-схематическое изображение: ползание на четвереньках между предметами, ходьба по гимнастической скамейке, пролезание в обруч). Спасибо за помощь, теперь мы укроемся от бури. Стали друг за другом в колонну и сначала проползем между снежными завалами, пройдем по узкой льдине, и спрячемся от бури в норки. А кто самый смелый и первым пройдет этот путь? (Показ ребенком).</p> <p>Но вот и буря закончилась. После бури все животные выходят из своих укрытий. А вы можете назвать животных, живущих на севере (олень, волк белый, заяц белый, песец) (включаю презентацию) Но их могут подстергать охотники. И я вам предлагаю поиграть в игру «Сезон охоты».</p> <p>Молодцы ребята! Вы</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом правым и левым боком.</p> <p>Пролезание в обруч.</p> <p>Подвижная игра «Сезон охоты». Два человека «охотники» охотятся на животных», на которых будет объявлен «сезон охоты» осаливают их мячами. Два последних участника игры превращаются в охотников. Объявляется новый «сезон охоты» на других животных. Участники имитируют повадки указанных животных. Игра повторяется вновь (Зрза).</p>	<p>Ходьба приставным шагом, правым и левым боком. Руки на пояс, со снаряда схождение приставным шагом.</p> <p>Подлезание в обручи лицом вперед</p>
--	--	--

<p>быстрые звери и ловкие охотники. Стали в колонну друг за другом и продолжим наш путь. Нам осталось двигаться совсем немного. Наша цель уже близка. Нужно держаться рядом, чтобы не потеряться будем соблюдать дистанцию.</p> <p>Вот мы и пришли на Северный полюс. Нужно нарубить дров и развести костёр, чтобы Умка нас увидел. Сели у костра погреемся.</p> <p>(Включить видео).</p>	<p>3.Заключительная часть.</p> <p>Ходьба по залу.</p> <p>Мячи в вытянутых руках. Мячами касаться спины впереди идущего и выполнять прокатывания мяча и похлопывания им по спине впереди идущего. Выполнять при этом глубокий вдох и выдох.</p> <p>Упражнение на дыхание «Дровосеки» Взять мяч в руки, ноги вместе, наклон туловища вниз «Ух». Сесть по «турецки» мяч руками прижимаем к шее и к подбородку. Выполняем наклоны головы надавливая подбородком на мяч.</p> <p>(Умка танцует и говорит: Мамочка! Посмотри сколько у меня теперь много друзей!)</p>	<p>Дистанция на вытянутую руку</p>
--	--	------------------------------------

И.Ф. Ребята! Вы стали друзьями не только Умке, но и друг другу. Вы выполняли все задания в пути дружно и все вместе. Каждый из вас продемонстрировал самые лучшие качества: смелость, смекалку, выдержку. Ну а теперь пора возвращаться в детский сад. Домой можно лететь на двух разных самолетах- на грустном и веселом. Те пилоты, которым понравилось наше путешествие полетят на веселом самолете, а кому не понравилось путешествие – на грустным самолете. Занимайте пилоты места в самолетах! (

Что нам помогло в пути ребята? (Дружба)

ВЫ доказали, что вы настоящая команда. Мне было интересно с вами путешествовать! А теперь ребята, пора прощаться. До свидания.