Физкультурное занятие с использованием нетрадиционного оборудования для подготовительной к школе группы

Цель: развивать физические качества детей, используя нетрадиционный предмет- лист бумаги.

Задачи:

Оздоровительные:

– формирование правильной осанки;

– развитие и укрепление основных мышечных групп.

Образовательные:

– развивать координацию движений, равновесие; меткость и глазомер в выполнении различных действий с бумажным мячом.

– упражнять детей в прыжках.

– закреплять умение ползать по скамейке на четвереньках, сохраняя равновесие.

Воспитательные:

– развивать творческую, познавательную активность в процессе разрешения проблемных ситуаций посредством движения.

– используя нестандартное оборудование повысить у детей интерес к физкультурным занятиям.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы работы | Ход занятия | Работа с детьми |
| Вводная часть  (5 – мин.)  Основная часть(20-25 мин)  Заключительная часть (5 мин) | Дети входят в зал, строятся в шеренгу.  Инструктор:  Доброе утро, дорогие ребята! Задумывались ли вы когда-нибудь, почему мы всегда так приветствуем друг друга по утрам? (*Так люди при встрече желали друг другу быть здоровыми*) Очень важно, чтобы именно добрым было утро, ведь оно начинает день, даёт нам необходимую для дел энергию – и так приятно видеть с утра ваши улыбчивые лица, добрые глаза и слышать от вас: «Доброе утро!».  Ребята, у меня для вас интересная новость. Сегодня в зале я обнаружил вот такой красивую коробочку .  Инструктор показывает читает письмо от *«Весёлого ветра»*        «Я весёлый ветер  Шлю в подарок вам листок.  Интересно с ним играть  Постарайся угадать,  Чем листочек может стать»   – Что вы с такими листами в группе делали? *(Ответы детей: рисовали)*.   -А как вы думаете, можно ли с этими листами выполнять спортивные задания и играть? *(Ответы детей: не знаем, можно, нельзя)*.  – Что ж, друзья мои. Если вы готовы сегодня быть моими помощниками-волшебниками и научиться с помощью листа развивать наши умения, играть, тогда не будем терять время! Возьмите листы двумя руками поднимите повыше над головой, встаньте на носки, закройте глаза, покружитесь в стране Волшебства окажитесь.  – В этой стране охраняют детские фантазии и идеи солдатики. Берите листы под руку – маршируем, как солдаты.  –*Ходьба в колонне по одному с листком в руках.*  . Держите руками крепче, потому что ветер усиливается, идите  след в след, чтобы не сбиваться с пути  *-Ходьба в колонне: на носках руки вверху*, ходьба на пятках руки за головой .  – *Прыжки через листки разными способами.*  Инструктор: наши листочки превращаются в руль…  -Легкий бег, руки с листочком вперед.  -Ходьба с восстановлением дыхания  Инструктор: Есть у всех ребят листы. Хоть на вид они просты.  С ними весело играть. Упражнения выполнять.  *ОРУ с листом бумаги.*  *«Переложи лист»*  1.И. п. – о.с., лист в правой руке 1-2 – руки через стороны вверх, приподнимаясь на носки, потянуться и переложить лист в левую руку. 3-4 – и. п. То же в обратном направлении    «*Дотянись»*  2. И. п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны. Лист на полу между ног. 1-2- наклон вперед, задеть руками листок; 3-4 – и.п.      «*Наклоны»*  3. И. п. – стойка в упоре на коленях, лист в вытянутых руках. 1-поворот туловища вправо.2 -вернуться в исходное положение. 3-руки вверх, прогнуться.4- и.п. Тоже влево.  *«Присядка»*  4. И. п. – о. с. лист в обеих руках внизу 1-2 – присесть, лист вперёд; 3-4 – и. п.  *«Попрыгунчики»*  5. И.п. о.с., руки на поясе, лист на полу. Прыжки.  Дыхательное упражнение «Приподними листок»  ОВД:  Инструктор: Давайте подумаем, какие у нас есть части тела. А как мы можем переносить листочек без помощи рук, на этих частях тела?  Молодцы, правильно хорошие ответы. А теперь я предлагаю проверить все эти методы. А как мы начнем, отгадайте.  Любит рыбку и сметану, И поёт так сладко “мяу” (Кошка)  *Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке,листочек на спине обратно ходьба по узкой дорожке, листочек на голове.*  Инструктор: Хорошо Молодцы, ребята! А теперь ребята, по одной стороне зала мы будем двигаться как *«каракатицей*, неся листочек на животе. А обратно прыгать, зажав листок коленями как *«кенгуру»*.  Инструктор: Ребята, а какую любимую игрушку и в тоже время спортивный предмет можно сделать из листа бумаги?  *«Школа мяча»*  -Подбрасывание и ловля мяча двумя руками после хлопка  -Перебрасывание *«мяча»* из одной руки в другую,  -Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой.  Инструктор: А теперь пришла пора, поиграть нам детвора!  **Подвижная игра «Найди свой дом»** Предложить детям положить лист бумаги на пол и встать на него. Вот, ребята – это дом и в этом доме мы живем.  Под быструю музыку дети выполняют движения заданные инструктором: легким бегом, подскоками, боковым галопом. По окончании музыки дети занимают свои домики.  *Вариант усложняется: дети должны сложить свой листочек пополам, уменьшить площадь опоры. И по сигналу встать на листочек, приняв позу на одной ноге. Удержать при этом равновесие*  Инструктор: Ребята, что то стало очень жарко, а что еще можно сконструировать из листа бумаги, чтобы охладиться. Дети: Веер!  Инструктор:  Наши листочки очень помялись, но мы же немножко волшебники. Давайте положим листочки в коробку и произнесем волшебные слова.  «Мы по кругу идем волшебство с собой несем  Ты, листочек, выпрямляйся, чистым, гладким появляйся.  Три раза похлопаем, три раза потопаем»  – Ребята, время так быстро идет, нам пора возвращаться в детский сад из страны Фантазий. Присаживайтесь на ковер, закрывайте глаза.  Инструктор: Вижу, что все вернулись успешно в детский сад из путешествия по стране Фантазий*.* Сегодня мы фантазировали и играли с листами бумаги. Если вам понравилось, хлопните в ладоши *(дети хлопают в ладоши)*. А если вы готовы придумать новые упражнения с листами, жду вас на следующем занятии. | Вызвать у детей радостное настроение, эмоциональный положительный настрой, способствовать возникновению интереса к происходящему.  Активизировать мыслительную активность детей при решении проблемных ситуаций.  – развивать память,    внимание;  – спина прямая  -Чтоб не мокнуть под дождем Крышу мы с собой берем (зонт)  А дальше можно пройти лишь на носках, потому что тропинка стала все уже и уже.  -стараться поймать  -поехали на машине  – закрепление определённых видов  бега,  – упражнение на восстановление дыхания  – под музыку  -тянуться вверх, руки прямые  -6-8 раз  -колени не сгибать  -3-4раза  -присед на носочках  -6-8 раз    – 6-8 раз  -6-8раз  -ноги можно приподнимать  – руки прямые  – прыгать разными способами  – выдох через рот  – Дети вспоминают, какие части тела есть у человека, выдвигают различные версии.  – обратить внимание на правильный хват рук  -держать себя, не опускаться на пол.  -при прыжках помогать руками  – разными способами  – правильное и.п. при броске  – развивать внимание, равновесие;  -3-4 раза  – усложнять игру, добавляя мячи.  – педагог достает из коробки, заранее приготовленные чистые и гладкие листы бумаги.  Детям предлагается путем складывания сделать веер.  – рефлексия  - придумать упражнения с листом. |