

Форма проведения: сюжетно-игровая организованная образовательная деятельность с элементами здоровьесберегающих технологий.

Тема: «В гости к Витаминке».

Время проведения: 30 минут.

Возрастная группа: дети подготовительной группы.

Программное содержание:

1. **Цель:** закреплять у детей представление о значении компонентов здорового образа жизни, через подачу сюжетно-игровой ситуации.

2. **Задачи по образовательным областям:**

- «Физическое развитие» – обогащение двигательного опыта, сохранение и укрепление физического и психического здоровья.
- Формировать пространственные понятия, умение ориентироваться по залу,
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге
- Совершенствовать перестроение на месте и во время движения, равняться в колонне
- Упражнять в прыжках через скамейку, способом «Джигитовка», в ходьбе по кругу на носках, пятках, с различным положением рук.
- Развивать координацию в прыжках и в беге, в подлезании под дугу
- «Художественно-эстетическое развитие» – развитие ассоциативного мышления и воображения.
- Учить выразительно выполнять упражнения под музыку, видеть красоту движений
- Развивать чувство ритма
- Воспитывать самостоятельность, творчество, организованность
- «Социально-коммуникативное развитие» – приобщение к общепринятым нормам и правилам.
- Закреплять умение без напоминания убирать спортивный инвентарь и оборудование.
- «Познавательное развитие» - развитие у детей познавательного интереса к способам сохранения и укрепления здоровья.
- «Речевое развитие» - приучать детей к самостоятельности суждений.

Инвентарь и оборудование: мольберт с магнитами, стойки, дуги для подлезания,

гимн. скамейки, мячи малые, обручи, шнур, муз.центр.

Демонстрационный материал: Схемы с заданиями, детали для робота.

Предварительная работа: просмотр видеоуроков по сохранению и укреплению здоровья детей в ДОУ. Ознакомление детей с героями известной телепередачи «В гостях у Витаминки».

Литература:

1. Программа «От рождения до школы» Н.Е. Арсенина, И – «Учитель». 2012г.
2. Развернутое перспективное планирование. Физическое воспитание детей 2-7 лет по программе под ред.М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой – Волгоград: Учитель, 2011г.
3. Формирование двигательной активности детей 5-7 лет. Е.К Воронова. – Волгоград: Учитель, 2012г.

Ход ООД

I. Вводная часть (мотивационный, подготовительный этап)

Дети в группе обнаруживают письмо от Витаминки. Воспитатель читает письмо детям. «Ребята подготовительной группы «Сказка», у меня есть друг робот Робин. Он долго не выполнял физические упражнения, ленился. Решил сразу начать бегать. Так как все его механизмы заржавели, он споткнулся и рассыпался. Детали разлетелись. Я одна не могу разобраться, как его собрать. Приглашаю вас к себе в гости, чтобы разобраться с инструкцией по сборке робота. Жду вас в спортивном зале детского сада».

Дети с воспитателем приходят в зал. Встречает Витаминка (далее Вит.)

Вит: Здравствуйте ребята! Я рада видеть вас. Я, Витаминка, мой костюм в апельсинках. Я люблю прыгать, бегать, веселиться и никогда не лениться. Тем самым я слежу за своим здоровьем. А как, интересно, вы следите и укрепляете свое здоровье?

Ответы детей _____.

Вит: Вы получили письмо от меня? (ответы) Как вы думаете, мы вместе справимся? (ответы). Тогда давайте рассмотрим инструкцию по сборке.

(на схемах изображена пошаговая инструкция сбора деталей робота. Далее прикрепить ватман на стену). Обсуждаем с детьми с чего начать сборку робота.

Вит: судя по схеме, мы должны по порядку выполнять задания. Тем самым соберем детали и закрепим их на этом мольберте. А после того, как мы соберем все детали, мы сможем оживить Робина. Детали к мольберту будут приносить и прикреплять те ребята, до которых я дотронусь тайным знаком. Этот тайный знак два похлопывания по плечу. Давайте приступим к заданиям

Дети находят схему под цифрой 1 (упражнения в ходьбе и беге)

Упражнения в ходьбе и беге:

№ п/п

Упражнение

Темп,

доз-ка (сек)

Методические

указания

1

Ходьба в колонне по 1:

на носках - руки поочередно вверх сгибаются, разгибаются

на пятках – руки полочкой перед грудью, поочередно разгибаются, сгибаются в сторону.

Ходьба одна нога на пятке, другая на носок – руки на поясе.

Смена положения ног.

Умерен.

20

Умерен.

20

Умерен.

30

Следить за осанкой, рука выпрямляется полностью в локте.

Руки не опускаются ниже уровня плеч

Взгляд направлен вперед.

2

Легкий бег в колонне по 1.

По диагонали.

Умерен.

1 мин

Дышать носом, рот закрыт. Руки согнуты в локтях, двигаются поочередно вперед назад.

3

Приставным шагом правым боком, руки на поясе

Умерен.

30 сек

Боковым галопом

4

Приставным шагом левым боком, руки на поясе

Умерен.

30 сек

5

Переход с бега на ходьбу. Семенящий бег

Перестроение в колонну по 3.

Умерен.

30 сек

II. Основная часть (содержательный, деятельностный этап)

Вит: молодцы, ребята! (подхожу к двоим ребятам, похлопываю по плечу) С заданием мы справились, тогда берем **два красных прямоугольника – это ноги робота**. Закрепляем их на мольберте с помощью магнитов. Смотрим на инструкцию. Нам необходимо найти Следующее задание. Оно обозначено цифрой ____.

(под цифрой **2** на схеме обозначено задание - ОРУ под музыку «Кукутики» в трех колоннах)

Вит: (подхожу к одному из детей, похлопываю по плечу) Задание выполнили, берем зеленый большой прямоугольник. Прикрепляем на мольберт.

После проведения второго задания, перестроиться в две колонны и перейти к дыхательному упражнению «Здравствуй, солнышко!»

Вит: Ребята, какое время года за окном? А как вы определили, что на дворе весна? Давайте мы с вами порадуемся солнышку, подышим свежим весенним воздухом и выполним дыхательное упражнение.

И.п. – ноги на ширине плеч, руки за спиной опущены вниз.

Медленно поднять руки вверх, скользя по туловищу; руки шире плеч, голову поднять вверх – вдох. Медленно вернуться в и.п. – выдох. (3 раза)

Вит: Давайте вернемся к нашей инструкции. **Схема под цифрой 3.**

Прыжки «Джигитовка» через скамейку. Обратное подлезание под дугу, любым способом. Выполнять поточно. (3 раза)

Вит: прекрасно справились с заданием. (подхожу к двоим ребятам, похлопываю по плечу) Давайте посмотрим, какую деталь мы сейчас прикрепим нашему роботу. **Берем два синих овала.**

Вит: А мы с вами обратим внимание на инструкцию. **Там остается одно задание под цифрой 4.**Посмотрите внимательно, какой инвентарь нам необходим для выполнения задания?

Ребята, вы когда - то слышали слово иммунитет? (ответы) Иммунитет – это защита организма от вирусов и микробов. Как вы считаете, с помощью чего мы можем укрепить свой иммунитет? Ну а чтобы мы не заболели, наши мамы нам дают витамины, правда? **Задание такое:** встать в 2 колонны. Перед каждой колонной лежат обручи в количестве 5 штук. Первый участник берет «волшебные витамины», которые лежат в ведре, бежит и раскладывает их по одному в каждый обруч. Обегает стойку, возвращается в колонну. Второй участник собирает «Волшебные витамины». И т.д.

По окончании задания дети прикрепляют последний элемент работа – маленький желтый квадрат - голова.

Вит: молодцы, ребята! Посмотрите, Мы собрали робота. Давайте произнесем волшебные слова: «Раз, два, три – робот Робин оживи!» - 2 раза.

Входит в зал робот. Переодетый воспитатель.

Р: Здравствуйте, ребята, здравствуй, Витаминка! Спасибо, что вы помогли собрать мои детали в одно целое. Я не любил делать зарядку по утрам, не любил играть и следить за своим механизмом, поэтому заржавел и рассыпался.

Вит: Робин, для того, чтобы ты снова не рассыпался, поиграй с нами в игру – самомассаж: «Неболейка!»

«Чтобы горло не болело, мы его погладим смело.

Чтоб не кашлять, не чихать, надо носик растирать.

Лоб мы тоже разотрем, ладошку держим козырьком.
Вилку пальчиками сделай – массируй ты ушки смело!
Знаем, знаем – да, да, да! Нам простуда не страшна!»

III. Заключительная часть (рефлексивный этап)

Р: Вот я разогрелся. Приглашаю поиграть в подвижную игру, чтобы не заржавели наши механизмы. Кто желает вставайте в рассыпную по залу. Игра называется «Роботы».

Подвижная игра «Роботы».

По считалке выбирается водящий «робот». Дети разбегаются по залу, двигаются в разных направлениях, стараясь не попасться водящему. Тот игрок, которого осалил водящий, остается стоять на том же месте, выполняя движения робота. Игра продолжается пока водящий не осалит всех игроков. Побеждает последний не пойманный игрок. (2 раза) Как вариант усложнения игры можно выбрать двух водящих.

Вит: Робин, посмотри какие интересные, веселые и спортивные ребята пришли в гости к нам сегодня.

После подвижной игры дети присаживаются на подушки на полу.

Р: Ребята, я сейчас понимаю для чего нам нужно укреплять свое здоровье. Давайте вместе вспомним.

Вит: Я буду читать вам маленькие стихи. Если в них говорится верно и правильно, то хлопайте в ладоши. А, если нет, то молчите.

1. Чтоб с микробами не знаться, надо надо закаляться?
2. Хочешь самым крепким стать, сосульки надо полизать?
3. Ешь побольше витамины, будешь сильным и красивым?

Вит: Робин, ребята из подготовительной группы следят за своим здоровьем всегда.

Р: Да, эти ребята просто молодцы! В знак благодарности к вам, я хочу подарить небольшие сюрпризы.

Вит: Ребята, вам пора возвращаться в группу. Спасибо вам, что помогли мне собрать моего друга Робота Робина. До свидания, до новых встреч, будьте здоровы. А ты Робин проводи ребят до группы.