Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Дельфин» комбинированного вида г. п. п. Чистые Боры Буйского муниципального района Костромской области

**КОНСПЕКТ**

**Спортивного развлечения по физической культуре с использованием ИКТ и здоровьесберегающих технологий с детьми подготовительной группы**

***Образовательная область «Физическое развитие»***

**Тема: « В погоню за серым волком»**

**Подготовила:**

**воспитатель по физической культуре:**

**Дребезгова Варвара Николаевна**

**г.п.п. Чистые Боры, 2019**

**Возрастная группа:** Подготовительная группа

**Направленность группы:** физкультурно-оздоровительная

**Тема непосредственно организованной образовательной деятельности:** «В погоню за серым волком»

**Цель:** Укрепление здоровья детей через здоровьесберегающие технологии .

**Психолого-педагогические задачи:**

***Оздоровительные:*** Способствовать укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем и основных групп мышц;  
формировать опорно-двигательный аппарат , правильную осанку и свод стопы.

***Образовательные:*** учить детей ходить, соблюдая прямолинейность, совершенствовать навык бега, закреплять умение выполнять движение согласованно тексту, совершенствовать навык прыжков из обруча в обруч, закреплять умение пользоваться картой

***Воспитательные:*** Воспитать интерес к движениям и здоровому образу жизни; привитие навыка выполнять предложенные задания в коллективе, действовать сообща; вызвать желание помочь окружающим, оказавшимся в трудной ситуации.

**Интегрируемые образовательные области:** Познавательное развитие,речевое развитие, физическое развитие.

**Вид детской деятельности:** двигательная, игровая, коммуникативная.

**Форма организации детей:** Поточный

**Предварительная деятельность с детьми:**

В группе воспитатель подготавливает детей к развлечению, читает письмо от Красной шапочки и проводит с детьми беседу **Приложение 1**; обучение навыкам прыжка из обруча в обруч разными способами; разучивание слов и движений пальчиковой гимнастики, дыхательной гимнастики.

**Материал и оборудование:**

***- Оборудование:*** Обручи - 14 штук, кегли – 8 шт., 2 – каната, 2 – длинные веревки, корзина с пирогами, интерактивная доска, магнитофон, костюм волка, письмо Красной шапочки.

***- Демонстрационный материал:*** Карта местности.

**Ход образовательной деятельности:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части занятия** | **Содержание занятия** | **Дозировка, темп** | **Организационно – методические указания** |
| 1. Вводная часть | Погоня началась.  Звучит быстрая музыка Рыбникова Алексея «Погоня». Дети забегают в зал и бегут по кругу зала.  Ходьба с восстановлением дыхания. | 2,5 – 3 м быстрый  30 сек. медленный | Смотрим вперед, не опережаем никого, держим дистанцию. Соблюдаем правильную технику бега.  Переходим на спокойную ходьбу, вдох – через нос на 4 счета, руки поднимаем вверх; выдох – через рот, до счета 6, руки опускаем вниз |
| 1. Основная часть | Дети останавливаются у карты, которая изображена на интерактивной доске.  **Приложение 2.**  На карте изображена извилистая тропа.  По длине зала, расставлены кегли. Расстояние между кеглями 30-40 см.  Ходьба «змейкой» друг за другом.  Ходьба на носках, руки подняты вверх.  Ходьба на пятках, руки за голову.  Ходьба с высоким подниманием колена.  Ходьба боком, приставным шагом по тонкому канату.  Звучит музыка, дети шагают по залу и подходят к карте. Отвечают на вопросы воспитателя.  На карте изображена река.  В зале напротив друг, друга лежат две длинные веревки, расстояние между ними 1,5 м.  Мальчики разбиваются на пары, переплетают руки – делают стульчик и переносят девочек на руках через реку.  Звучит музыка, дети шагают по залу и подходят к карте.  Отвечают на вопросы воспитателя.  **Дыхательное упражнение «Аромат Цветов».**  Положить ладони себе на грудь. Сделать медленный вдох через нос, стараясь не поднимать плечи. Задержать дыхание и медленно выдохнуть, произнося: «А-а-ах!».  Звучит музыка, дети шагают по залу и подходят к карте. Смотрят на карту. Отвечают на вопросы.  На полу разложены обручи (кочки), дети проходят болото, по одному, друг за другом.  **Приложение 3**  Звучит музыка, дети шагают по залу и подходят к карте. Смотрят на карту. Отвечают на вопросы.  Звучит фонограмма «Писк комара»  Проводится дыхательная гимнастика  **«Комарики»** (по методу М.Лазарева).  Дети хлёстко бьют себя по спине встречным движением рук-плетей, при этом делая на удар резкий выдох ртом.  Дети разбегаются по залу, и находят спящего волка, под деревом. Серый волк извиняется перед детьми и отдает детям пустую корзину.  Проводиться пальчиковая гимнастика «Тесто замесили».  Сжимают и разжимают кулачки.  Прихлопывают ладошками «лепят».  Поочередно разгибают пальчики обеих рук, начиная с мизинца.  Обе ладошки разворачивают вверх.  Гладят живот.  Волк приносит корзину с пирожками. | 30 – сек. медленный  15 сек. медленный  15 сек. медленный  15 сек. медленный  Медленный  1 раз медленный  4-6 раз медленный  1-2 раза средний  4 – 6 раз медленный  1 – 2 раза средний | Ребята, посмотрите на карту, откуда мы начнем свой путь? (С тропинки).  Какая она? (Извилистая, узкая).  Сейчас, мы с вами пойдем по этой тропинке, и вы будите четко выполнять мои команды.  1,2,3,4,5 – мы отправимся гулять.  По извилистой тропинке,  Друг за другом мы идем  И не отстаем.  (Спину держим прямо)  Руки к солнышку подняли  На носочки дружно встали.  И на каблучках пойдем  Через лужи перейдем.  1,2,3, - 1,2,3 – по тропинке мы пошли.  (Идем по канату приставным шагом, руки на поясе, спина прямая, плечи расправлены)  Молодцы, ребята!  В обход по залу шагом марш! Посмотрите на карту, куда мы пришли? (К реке).  Как мы будем переходить через реку? (на руках).  Правильно.  (Руки не расцепляем, девочки держаться за плечи мальчиков).  Молодцы! В обход по залу шагом марш.  Ребята! Посмотрите на карту, куда мы с вами попали? (на цветочную поляну).  Правильно. На цветочной поляне, так много красивых цветов, а какой здесь аромат! Сейчас я с вами проведу дыхательное упражнение «Аромат Цветов».  Молодцы ребята! На этой поляне, мы немного отдохнули, а теперь нам опять пора в путь.  В обход по залу шагом марш.  Посмотрите, на карту, куда мы с вами пришли? (на болото).  Что есть на болоте? (кочки).  Какие кочки? (большие и маленькие).  Как будем прыгать по кочкам?  Болото перешли? (Да).  В обход по залу шагом марш.  Посмотрите на карту что у нас дальше? (лес).  Давайте поспешим в лес.  Ой, а что это у нас за звук? (писк комаров). Давайте их отгоним. Проведем дыхательную гимнастику «Комарики».  Молодцы! Комары улетели, а где же у нас прячется серый волк? Давайте его поищем.  В-ль: Серый волк, ты зачем забрал пироги у Красной шапочки?  Волк: Простите меня ребята, я так сильно хотел, есть, что не удержался, забрал корзину с пирогами и все их съел!  В-ль: Не переживайте, ребята! Сейчас мы с вами, напечем пирожков.  Пальчиковая гимнастика «Тесто замесили»  Муку в тесто замесили,  А из теста мы слепили:  Пирожки и плошки,  Сдобные ватрушки,  Булочки и калачи –  Все мы испечем в печи  Очень вкусно!  Ребята, посмотрите, сколько мы испекли пирожков! Какие вы молодцы! Эти пирожки мы заберем к себе в группу и там их попробуем. Договорились? (да). |
| 1. Заключительная часть | Звучит песня Красной Шапочки (из кф про Красную Шапочку), исполнитель Ольга Рождественская.  Дети выполняют любые танцевальные упражнения.  Звучит музыка, дети шагают по залу и выходят с физкультурного зала. |  | Волка мы поймали? (да)  Пирожки испекли? (да)  А почему мы справились? (мы ловкие, сильные и т.д.)  А теперь немного потанцуем!  Как же нам вернуться домой? (По карте, короткой дорогой)  Шагом марш! |

Приложение 1.

Здравствуйте, дорогие мои ребята. Сегодня собралась к вам в гости в детский садик, чтобы устроить с вами чаепитие и угостить вас вкусными пирогами. Но вот беда, корзина с пирожками, куда-то пропала. Я думаю, что это сделал серый волк! Одной найти и поймать серого волка мне не справиться. Помогите мне, пожалуйста. Я вам отправила, карту, где может прятаться серый волк. Дорога предстоит у вас трудная, долгая. Я в вас верю дорогие мои. В добрый путь!