**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**центр развития ребенка - детский сад "Золотая рыбка"**

**Конспект**

**занятия по физическому развитию**

**в старшей группе**

**инструктора по физической культуре**

**высшей квалификационной категории**

**Абубакировой Райли Закиевны**

**на тему: «Путешествие в подводное царство»**

**г. Лянтор 2023 год**

**Тема: «Путешествие в подводное царство»**

**Группа:** старшая группа

**Время реализации:** 25 минут

**Форма проведения:** сюжетно - игровое

**Цель:** Формирование у детей интереса к физической культуре, гармоническое физическое развитие через реализацию двигательной активности детей.

**Задачи:**

**Образовательные:** Продолжать совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре, упражнять детей в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед, умению подлезать под дугу высотой 50 см. с мячом в руках;закреплять правила безопасного передвижения в спортивном зале.

**Развивающие:** развивать ловкость и ориентировку в пространстве, координацию движений, расширять знания детей о морских обитателях; вызвать интерес к обитателям подводного мира, учить имитировать их движения.

**Воспитательные:** воспитывать чувство сопереживания, взаимопомощи, доброжелательности к сверстникам; воспитать осознанное отношение к своему здоровью, способствовать формированию положительных эмоций.

**Оздоровительные**: продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

**Интеграция образовательных областей:** познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие.

**Методические приемы:**подражание и имитация, зрительное воздействие, музыкальное сопровождение, фронтальный и поточный способ выполнения заданий.

 **Планируемый результат:**положительный эмоциональный настрой детей; умение правильно выполнять двигательные действия, в заданном темпе; совершенствование умений в ходьбе и беге колонной друг за другом; ходить по возвышенности, сохраняя устойчивое равновесие; выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед; умению подлезать под дугу. Умение воспринимать команды инструктора и взаимодействовать в процессе совместного выполнения упражнений; анализировать свою деятельность. Желание заниматься физической культурой, спортом, осваивать новые движения.

**Предварительная работа**: беседы на тему: «Море», «Морские обитатели», заучивание стихов и отгадывание загадок, разучивание общеразвивающих упражнений, подвижных игр: рассматривание репродукций картин И. К. Айвазовского «Черное море». Изготовление нестандартного оборудования: «кораллы», маски для подвижной игры, медали.

**Оборудование:** гимнастические коврики, кораллы – мешочки с песком, большие мячи, обручи - по количеству детей, 2 гимнастические скамейки, маски рыб.

**Технические средства обучения:** мультимедийное оборудование, музыкальный центр, запись *«Звуки моря»*, *«Спортивный марш»*.

**Учебно – методический комплекс**

УМК разработан согласно стратегическим ориентирам образования в автономном округе и с учетом майских указов Президента (Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года». Опираясь на теоретические основы всестороннего развития детей старшего дошкольного возраста, были использованы:

**Методическое сопровождение занятие представлено учебно-методическим комплексом:**

1. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет: планирование, конспекты занятий автор-составитель В.В.Гаврилова. – Волгоград: Учитель,2009.
2. Необычные физкультурные занятия для дошкольников / авт.-сост. Е.И. Подольская. – Волгоград: Учитель, 2010.
3. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Двигательно-игровая деятельность. Сценарии игр-занятий. 6-7 лет. Учебно-методическое пособие. - М.: Дрофа, 2014.
4. Н.Н. Ефименко «[Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения](http://www.knigka.su/kids_books/obuch_razv/298009-fizkulturnye-skazki-ili-kak-podarit-detjam-radost.html)».Издательство: Ранок, 2004.

**Технологическая карта занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| **Этап занятия, продолжительность** | **Ход занятия** |
| **Задачи этапа** | **Деятельность педагога** | **Деятельность детей, выполнение которой приведет к достижению запланированных результатов** | **Предпола-****гаемый результат** |
| ВВОДНАЯ ЧАСТЬ (3 мин.)1.1.Организационный этап | Создать благоприятную атмосферу для эмоционального настроя воспитанников. | - Здравствуйте ребята. Сегодня мы отправимся с вами в интересное путешествие, но сначала я загадаю вам загадку:- Оно очень широко, Очень, очень глубоко. Корабли ходят в дозоре. Что скажите это? …(*Море)* Скажите, кто-то из вас был на море? Что такое море? *(Море- это огромный водоём).* - Посмотрите, ребята, море разбушевалось, наверное, беда приключилась *(на экране появляется видеозапись, обращение Морского царя к детям).* -Злая морская колдунья Урсула похитила сокровища, я слышал, что вы сильные, ловкие, быстрые ребята. Поможете ли вы мне найти мои сокровища? Чтобы попасть на морское дно, нужно уметь дышать под водой. Давайте попробуем. -Три, два, раз! Входит в море водолаз. Трубку проверяет, в трубку выдыхает: «фу-фу-фу…» (Вдох – короткие выдохи в кулак.) - Какое снаряжение нам нужно для погружения?Повторяйте за мной: надеваем на лицо маску, за спину надеваем акваланг, надеваем ласты, пошлепаем ими. | Заходят в зал Приветствуют педагога. Отгадывание загадкиОтветы детейОтветы детей предложение помощи от детей.Вспомнить о правилах безопасности на водоеме. Дети: маска, ласты, акваланг.Выполняют имитационные упражнения по показу | Положительный эмоциональный настрой детей. |
| 1.2 Мотивационно-ориентировочный этап | Формирование представления воспитанников о предстоящей деятельности. | - Все готовы к погружению! Детский сад наш изменился, в океан он превратился, мы отправимся гулять, дно морское изучать!Разминка*1.«Отправляемся в дорогу. Дружно зашагали в ногу!»*. *2.По морям, по волнам. Проплываем тут и там. Ветер парусник качает, Волны плещут в океане* *3.«Погружение совершаем. Ниже, ниже приседаем!»*. 4. *«Впереди*подводные валуны*, выше ноги подними!»*. 5. *«А попробуй пробеги, каждый камень обойди!»*… *Бег между предметами. По сигналу «Акула!» дети поворачиваются кругом бегут в обратную сторону.**6.Проверяем акваланг («ш-ш-ш» - упражнение на восстановление дыхания)* *Трудно двигаться под водой, я вижу прекрасное место для наблюдения.  Давайте здесь остановимся.* | Выполнение движений сопровождается показом слайдовых картинок на экране,Ходьба в колонне по одномумашут руками, изображая волны Ходьба в полуприсяде, руки на поясе, с переходом в полный присед, руки на колени. Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе.Бег змейкой и с изменением направленияДыхательная гимнастика Акваланг» Перестроение в две колонны | Внутренняя мотивация на предстоящую деятельность.Снятие напряженияУмение правильно выполнять двигательные действия за инструктором |
| ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ(20 мин). | Создание проблемной ситуации, направленной на применение полученных умений и навыков. | Комплекс общеразвивающих упражнений «Обитатели морей» *Вот мы с вами и оказались на морском дне. Посмотрите, какая здесь красота. Сколько красивых рыбок.*  **1. «Крабы»** И.п.: лежа на спине, руки в стороны, переступают ногами, приподнимая таз в правую сторону 4 шага, потом в левую 4 шага.(3 раза в каждую сторону)*А вот, по морскому дну перебирая клешнями, идет краб. Он переступает, шевелит своими мохнатыми ногами.***2.** **«Дельфины»** И.п.: лежа на спине и держась руками перевернуться на спину, живот и обратно (по три раза в каждую сторону).*Мимо проплывает стайка дельфинов, это очень дружелюбные животные, очень любят играть, давайте и мы с вами покатаемся с дельфинами. И раз, два, три.***3.** **«Еж»** И.п.: лежа на животе, обхватить руками ноги за щиколотки, прогнуться в грудном отделе позвоночника, голову тянем к ногам. Взялись руками за щиколотки и прогнулись, хорошенько поднимая ноги, теперь опустились. (6 раз).*А мимо проплывает рыба – ёж, колючая такая, что руками не возьмешь.* **4.** **«Рыба-змея»** И.п.: лежа на животе, ползем по-пластунски назад – вперед и затем возвращаются в исходное положение (3 раза)*Тут появилась длинная – длинная, как ремень рыба, плывет, извивается, это рыба змея. Давайте покажем, как плывет рыба – змея, плывем назад, сгибаемся, теперь вперед, закончили.***5. «Актиния»** И.п.: стоя на коленях, руки вдоль туловища делаем покачивания вперед – назад. (7 раз)*Смотрите, на морском дне необыкновенный морской цветок, это животное такое «Актиния», стоит этот морской цветок и качается, давайте и мы с вами покачаемся, спинка ровная. Куда течение ведет, туда и качается.***6. «Рыбки прыгают в воде»**  И.п.: стоя, ноги вместе, руки внизу; 1 – прыжок, ноги в стороны, руки поднять вверх; 2-и.п. (8 раз)*Мелькнет хвостом туда – сюда, подпрыгнет – лишь бурлит вода.* **7.«Морской бриз»** (упражнение на восстановление дыхания)  И.п.- ноги на ш.п., руки внизу (набрать как можно больше воздуха в легкие, вдох носом, надуть щеки, плавно наклониться вперед – вниз, легко постукивая кулачками по щекам, выдыхать воздух небольшими порциями).  Понаблюдали за обитателями моря, а теперь поплывем дальше. | Выполняют упражнения (по методике Н.Н.Ефименко)Повторяют движения за инструктором, показ  | Дети уверены в своих силах. Достаточно хорошо выполняют движения. |
| Актуализация уже имеющихся знаний, представлений, (выполнение работы) | Интерактивная игра «Найди сокровища» (показ обитателей морей на экране) | Основные виды движений: «Ракушка просыпается – и домик открывается»1. «Ракушка открывается»

«На лошадку так похожа, а живет-то в море тоже. Вот так рыбка! Скок да скок – прыгает морской…2. «Морской конек»3. «Под водорослями ищем клад»Отгадайте загадку: Эта рыба — хищник злой,Всех проглотит с головой.Зубы показав, зевнулаИ ушла на дно... **(акула)***Подвижная игра «Акула»* По считалке выбирается водящий (акула, а остальные рыбки). Надеваются маски соответственно ролям, а обручи кладутся в разных местах, но недалеко друг от друга. С детьми заранее обговаривается, что обручи - это кораллы, за которые могут спрятаться рыбки, при появлении акулы.  Акула прячется в конце зала, а рыбки, пока нет акулы, плавают спокойно, в разных направлениях. Затем дается команда "Акула!", рыбки быстро уплывают от нее и прячутся за кораллами. Рыбки не успевающие уплыть вовремя и которых касается акула, считаются пойманными, они выходят из игры. Чем меньше становится рыбок, соответственно иколичество кораллов уменьшается. Игра повторяется по желанию детей | Выполнение основных видов движений детьми.*-Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.(2-3 раза)*-*Прыжки с продвижением вперед, с мячом зажатым между колен. (2-3 раза)**- Подлезание под дугу высотой 50 см. с* *мячом в руках* *(2-3 раза)*Водящий выбирается по считалке | Дети отгадывают загадку и выполняют заданиеАктивно и доброжелательно взаимодействуют с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач Дети обобщили знания, где живут обитатели морейЗнают и соблюдают технику безопасности Владеют навыками основных видов движений |
| ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (2 мин). Итог занятия. Систематизация знаний. | Круг рефлексии (рефлексия настроения и эмоционального состояния).Подведение итогов. |  ***Морской царь:*** Большое морское спасибо вам, что нашли мои сокровища. Не зря мне сказали, что вы самые дружные, и смелые ребята.- Ребята заканчивается у нас кислород, пора нам всплывать. За нами пришел корабль. Упражнение на дыхание *«Всплываем»*. - Глубокий вдох, плавно поднимаем руки через стороны вверх. Затем длительный выдох руки опускаем через стороны вниз.Поднялись на корабль, сняли маску, акваланг, ласты. Пора плыть в наш детский сад. *Малоподвижная игра «Море»*Дети растягивают парашют и по сигналу воспитателя начинают делать волнообразные движения, медленно поднимают и опускают края парашюта.- Раз, два, три, четыре, пять тихо плещется вода. Мы теперь плывем по морю. И резвимся на просторе *(поднимают парашют и опускают медленно).* Море очень широко. Море очень глубоко *(приседают, встают)*. А теперь глубокий вдох. И садимся на песок *(дети садятся)* Итог занятия - оценка работы детей.- Ребята вам понравилось наше путешествие? Кто сегодня был у нас в гостях? А какая беда случилась? Каких рыб мы видели? Что вам понравилось больше всего? Что было трудно? Опасно ли одним плавать на водоеме? Мне понравилось, что вы были внимательными и смелыми.- Я хочу вам подарить медали с изображением рыб, которых вы сегодня видели. Вы молодцы, со всеми заданиями сегодня справились отлично.  | Прощаются дети с морским царемИгровое пособие «Парашют»Дети встают по кругуВыполняют упражнения на расслаблениеУчаствуют в диалоге. Делают вывод, анализируют результаты своей деятельности.Прощаются(построение в колонну по одному, под маршевую музыку дети покидают спортивный зал). | Развивают двигательно-координационные способности  средствами подвижных игр.Умение анализировать свою деятельность.Использование ИКТ использование музыкального сопровождения (музыка для релаксации)Сюрпризный момент(медали) |