

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №2 «Ивушка» п.Гигант

Конспект
организованной образовательной деятельности
по физическому развитию в группе
комбинированной направленности (5 – 6) лет

«Солдатом быть – Родине служить».

Разработала:
инструктор по физической
культуре 1 категории:
Марфелева Мария Викторовна

2022 г.

Цель: совершенствовать и развивать двигательные умения и навыки детей, по средствам повышения двигательной активности, во время ООД по физическому развитию.

Задачи:

Образовательные:

- обучать перебрасыванию мяча друг другу и ловле после отскока о пол;
- закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе с мешочком на голове через препятствия;
- упражнять в перебрасывании мяча друг другу от груди.

Развивающие:

- развивать гибкость и эластичность позвоночника и подвижность суставов, укреплять способность мышц сокращаться, растягиваться и расслабляться.

Оздоровительные:

- способствовать укреплению опорно - мышечного аппарата и формированию правильной осанки.

Воспитательные:

- формировать нравственно-патриотические чувства (интерес к военной службе, уважение к военной профессии) и морально-волевые качества (целеустремлённость, смелость, чувство товарищества, выдержку);
- развивать у детей коммуникативные качества, умения быть организованными и инициативными.

Способ организации: фронтальный, поточный, групповой.

Продолжительность: 25 минут.

Оборудование: гимнастические палки 12штук, обручи средней величины 6 шт., пластины 6 шт., мешочки с песком 12 шт., средние мячи 6 шт.

Ход ООД.

Дети входят под марш Славянки...

Инструктор по физической культуре:

- На месте стой! Раз, два! (звучит сигнал горна, входит военный и сообщает о том, что в детский сад № 2 «Ивушка» п. Гигант доставлено письмо).

Ребята, давайте прочтем его:

« Дорогие дошколята, будущие солдаты, к вам обращается майор Российской армии Круглов Андрей Владимирович с предложением, приглашаем вас принять участие в параде, посвящённом Дню защитника Отечества. Как только вы будете готовы, пришлите ответ».

Инструктор по физической культуре:

Мы сегодня на занятии «Солдатом быть – Родине служить» будем готовиться стать будущими защитниками Родины.

Подготовимся друзья

И с ходьбы начнём (дети проходят по залу и становятся по краю ковра)

Содержание	Дозировка	ОМУ
<p>1. Вводная часть Инструктор по ФК:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба: обычная в чередовании с ходьбой на носках - руки на поясе и в сторону, на пятках - руки за спиной, а также руки за голову пальцы в замок. 2. С высоким подниманием колен – руки на поясе. 3. Бег по кругу со сменой направления в чередовании с боковым галопом внутренний , наружный. 4. Спортивная ходьба. 5. Упражнение на восстановление дыхания. 6. Разомкнулись по кругу. 	<p>4 – 5 мин.</p>	<p>Упражнения выполняется под музыку.</p> <p>Обратить внимание на положение спины, локти в стороны, колени выше. Обратить внимание на руки. Следить за осанкой.</p> <p>Бег в колонне по одному Следить за сохранением дистанции в колонне</p> <p>Ходьба под музыку. Следить за осанкой Вдох, на два шага - руки в стороны, выдох - два шага-руки вниз. Вдох через нос, выдох через рот.</p>
<p><u>II Основная часть</u> ОРУ по кругу зала с гимнастическими палками. Звучит музыка...</p> <p>Инструктор по физ. культуре: Приглашение получили Ждёт ответ от нас майор Каждый быть из нас готов И будет рад попасть на парад. Гимнастические палки дружно мы берём и разминку проведём. Начинаем подготовку, расходишь на тренировку Каждый весел и здоров, к упражнениям готов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. И. п. — основная стойка, палка низ, хват на ширине плеч. 1 – палку вверх, правую ногу отвести назад на носок; 2 - вернуться в исходное положение. То же левой ногой (8раз) 2. И. п. — основная стойка, палка вниз. 1 – 2 присесть, палку вынести вперёд руки прямые; 3 - 4 вернуться в исходное 	<p>5 – 6 мин.</p> <p>8раз)</p> <p>(8раз)</p>	<p>Фронтальный метод</p> <p>ОРУ выполняются под музыку.</p> <p>Отводить ногу на носок</p> <p>Обратить внимание при приседании держать ровно спину.</p>

<p>положение (8 раз)</p> <p>3. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, палка на лопатках, хват сверху; 1 – поворот туловища вправо; 2 - вернуться в исходное положение (8раз). Тоже влево.</p> <p>4. И. п. — сидя, ноги врозь, палка на бёдрах. 1 — палка вверх; 2 — наклон вперёд к правой ноге, коснуться носка; 3- выпрямиться палку вверх; 4- исходное положение (8 раз). Тоже к левой ноге.</p> <p>5. И. п. — основная стойка, палка вниз. 1 – шаг вправо, палку вверх; 2 - вернуться в исходное положение (8раз). Тоже влево.</p> <p>6. И. п. — основная стойка, палка на плечах хват сверху. 1 –прыжком ноги врозь; 2 - прыжком ноги вместе. Выполняется под счёт инструктора по ФК 1 – 8. Повторить 2 – 3 раза.</p> <p>7. И.п. – стойка в упоре на коленях, палка в обеих руках. 1-2 садясь на пятки и поворачивая туловище вправо; 3- 4 вернуться в исходное положение. То же влево.</p> <p>(дети идут по кругу отдают гимнастические палки, инструктору по ФК) (Идём по кругу, вдыхаем глубоко под музыку, заряжаемся энергией).</p> <p>Звучит марш Инструктор по физ. культуре: Ребята, вы будущие солдаты, готовимся к параду Флажки дружно берём и маршировать начнём. (<i>марш с флажками</i>)</p> <p>Инструктор по физ. культуре: Ребята, смотрите, представляем, что мы настоящие солдаты В команды свои идём и подготовку проведём.</p>	<p>(8раз)</p> <p>(8раз)</p> <p>(8раз)</p> <p>Повторить 2 – 3 раза</p> <p>(8 – раз)</p>	<p>Ноги прямые, следить за осанкой.</p> <p>Обратить внимание при наклоне, касаться носка ноги.</p> <p>Сочетать движение рук и ног.</p> <p>Обратить внимание на выполнение упражнения под счёт.</p> <p>При выполнении упражнения следить сочетать, что выполняют дети.</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>Увидим, какие вы смелые, ловкие, умелые, Шустрые дошколята готовые в солдаты.</p>		
<p>III. Основные виды движений.</p> <p>1. Разучим перебрасывание мяча из - за головы с отскоком о пол (10 раз)</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу от груди (10 раз).</p> <p>3. Упражнение в равновесии в ходьбе через пластины с мешочком на голове, руки в стороны (3 раза: прямо, справа, слева).</p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>Дети, подготовка продолжается, переходим к подвижной игре.</i></p>	<p>(4 минуты)</p> <p>(10 раз)</p> <p>(4 минуты) (10 раз)</p> <p>(4 минуты)</p> <p>(3 раза: прямо, справа, слева).</p>	<p>Разучивание перебрасывание мяча из - за головы с отскоком о пол.</p> <p>Обращать внимание на то, чтобы дети держали мяч на уровне груди, следили за полетом мяча, стараясь точно передать его партнеру.</p> <p>Улучшение результатов у детей 5 – 6 лет происходит в связи с достаточно хорошим развитием координации тонуса мышц. Все упражнения на развитие равновесия требуют от детей сосредоточенности, внимания, волевых усилий.</p>
<p>Подвижная игра: «Взвод стройся» Ребята выстраиваются в шеренгу по черте. Под музыку по команде «разойдись!» дети бегают в рассыпную. По команде «взвод стройся!» все должны найти свои места в строю. Отлично! Вы как настоящие солдаты. (Повтор 3 – 4 раза).</p>	<p>(4 минуты)</p> <p>(Повтор 3 – 4 раза).</p>	<p>Выполнение движения в соответствии с командами.</p>
<p><i>Дети выполняют упражнения на восстановление дыхания.</i></p> <p>Инструктор по физической</p>		

<p>культуре: Вот мы и выполнили все задания майора, занимались, чтобы стать сильными и ловкими, и когда подрастем, сможем попасть на парад!</p>		
<p style="text-align: center;"><u>IV. Заключительная часть</u></p> <p>Малоподвижная игра: «Оттолкни мяч». Детям Играющие садятся по кругу, скрестив ноги лицом к середине), и начинают перекатывать по полу друг другу большой мяч в определенном направлении. Тот, к кому подкатывается мяч, старается оттолкнуть его от себя руками при этом. (Инструктор по физической культуре задает вопросы, а дети отвечают и возвращают ему мяч)</p> <p>Как вам ребята наша подготовка к параду Что вам больше всего запомнилось? Какому событию сегодня посвящён день? Какое упражнение для вас было самым сложным?</p>	(4 минуты)	<p>Закрепляем умение перекатывать в определённом направлении.</p>
<p>Ответы детей.....</p> <p>V. Заключительная часть: Инструктор по физической культуре: Подошла к концу наша подготовка на парад, мои вы дошколята, будущие солдаты, показали выносливость, ловкость, быстроту. Девчонки и мальчишки, желаю Родине нашей служить только в мирное время. Ребята мы напишем ответ майору, что мы будем продолжать заниматься спортом, и, когда подрастем, будем рады приехать на парад и маршировать на площади города Ростова на – Дону! (Построение в одну колонну направо, из зала, под музыку "Марш Славянки" шагом марш!)</p>		

