Физическое развитие

Масимова Светлана Новруз кызы

Инструктор по физической культуре

МДОУ «Детский сад «Золотой петушок»

**Конспект непосредственно образовательной деятельности**

**по физическому развитию (старший возраст)**

 **«Кем быть?»**

**Задачи:**

**Образовательная область «Здоровье»**

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- воспитание культурно – гигиенических навыков;

- оказывать тренирующий эффект на сердечно – сосудистую и дыхательную системы;

**Образовательная область «Физическая культура»**

- способствовать формированию правильной осанки, предупреждению плоскостопия;

- развивать физические качества детей: ловкость, быстроту, выносливость;

- учить выразительно, согласованно и ритмично выполнять упражнения под музыку;

- развивать эмоциональную сферу ребёнка, чувство удовлетворения от правильно выполненных заданий;

**Образовательная область «Познание»**

- обогащать знания детей о различных профессиях;

- расширять кругозор детей.

**Образовательная область «Социализация»**

- воспитывать самостоятельность;

- чувство ответственности;

- уважение к труду взрослых.

**Образовательная область «Коммуникация»**

- активизировать словарный запас;

- способствовать развитию речи.

**Образовательная область «Безопасность»**

- приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию;

- развитие стремления заботиться о своём здоровье.

**Оборудование:**обручи, модули, ребристая доска, мостик, гимнастические палки, ограничители. Ватман, контейнеры с губкой, тазик с водой, полотенце, диск с музыкой.

**Ход досуга:**

Дети входят в зал, встают в одну шеренгу. Проверка осанки.

**Инструктор:**Здравствуйте дети.

**Дети:**Здравствуйте.

**Инструктор:**Ребята, посмотрите, сколько у нас гостей, давайте и с ними поздороваемся.

**Дети:**Здороваются.

**Инструктор:** Ребята, каждое утро вы приходите в детский сад, а ваши мамы, папы, бабушки и  дедушки спешат на работу. У каждого из них есть профессия, своё интересное дело которое они любят. И каждая профессия очень важна. А вам хотелось бы на какое-то время стать взрослыми?

**Дети**: Да.

**Инструктор:** Сегодня я вас приглашаю в мир взрослых, в мир профессий.

Но для того, чтобы освоить любую профессию нужно быть сильными, выносливыми и ловкими. А это достигается при помощи тренировок.

Давайте проведём разминку.

Подравнялись, повернулись направо,  в обход по залу шагом марш.

(под музыку «Солнечные зайчики»,  шоу группа «Улыбка»)

ходьба на носках, руки вверх;

ходьба на пятках, руки за голову;

ходьба с высоким подниманием бедра, руки за спиной в замок;

бег, бег прыжками вверх;

бег приставным шагом правым и левым боком;

спортивная ходьба;

ходьба с упражнением для дыхания.

(дети расходятся по залу в шахматном порядке)

**Ритмическая гимнастика «Солнышко лучистое»**

**Инструктор:**

Молодцы ребята. Давайте отдохнём и поиграем

(дети садятся на ковер - по  турецки)

(во время игры, воспитатель расставляет спортивный инвентарь:

ребристая доска, мостик, обручи для пролезания, планку для подлезания, дорожка со следами).

**Игра «Помощники»   авторы  Железновы.**

     Маляр заборы красит, не любит отдыхать

     Мы то же взяли кисти, и будем помогать

     Так вот и вот так, так вот и вот так

     Берите кисть ребята, и будем помогать

     Метлой наш дворник машет, не любит отдыхать

     Мы то же взяли мётла, и будем помогать

     Так вот и вот так, так вот и вот так

     Метлу берём ребята, и будем помогать

    Портной всё шьёт иголкой, не любит отдыхать

    Скорей возьмём иголки, и будем помогать

    Так вот и вот так, так вот и вот так

    Скореё возьмём иголки, и будем помогать

    Вот повар суп мешает, не любит отдыхать

    Мы то же взяли ложки и будем суп мешать

    Так вот и вот так, так вот и вот так

    Мы то же взяли ложки и будем суп мешать

   Вот плотник пилит доски, не любит отдыхать

   Пилу берём ребята, и будем помогать

   Так вот и вот так, так вот и вот так

   Пилу берём ребята, и будем помогать

   Косарь косою косит, не любит отдыхать

   Мы то же взяли косы, и будем помогать

   Так вот и вот так, так вот и вот так

   Мы то же взяли косы, и будем помогать

   А пианист играет, не любит отдыхать

   И мы на пианино решили поиграть

   Так вот и вот так, так вот и вот так

   И мы на пианино решили поиграть.

**Инструктор:**

Молодцы ребята, вставайте мы продолжим дальше наше путешествие в мир профессий.

(подходит с детьми к стенду с наглядным пособием)

Посмотрите дети, сколько у нас на стенде профессий.

Дети рассматривают иллюстрации. Инструктор показывает на картинку врача.

Какая профессия на этой картинке?

**Дети:** Доктор.

**Инструктор**: Что делает доктор?

**Дети:** Лечит.

**Инструктор:**Инструктор показывает на картинку строителя.

Какая профессия на этой картинке?

**Дети:** Строитель.

**Инструктор:**Что делает строитель?

**Дети:** Строит дома.

Инструктор показывает на картинку пожарного.

**Инструктор:**кто изображён на картинке?

**Дети:**  Пожарный

**Инструктор**: Что делает пожарный?

**Дети:** Тушит пожар.

**Инструктор:** Правильно дети, пожарные тушат пожар, спасают людей. А по какому номеру телефона нужно звонить, если вдруг у вас случился пожар?

**Дети:**01

**Инструктор:**Правильно, молодцы! Эту профессию выбирают только самые ловкие, и самые смелые люди. А вы хотите  стать пожарными?

**Дети**: Да.

**Инструктор:** Тогда вставайте друг за другом, а что пожарные надевают на себя?

**Дети**: Каску, одежду для пожарников.

**Инструктор:** молодцы, и мы с вами тоже подготовимся к трудному испытанию.

Надеваем на себя каску, комбинезон (дети имитируют движения) начинаем преодолевать разные препятствия, которые повстречаются у нас на пути.

Проходим по пожарной лестнице, перелезаем через огонь, пролазим в окно горящего дома, проползаем под планкой, проходим по горящему полу.

2-3раза.

**Инструктор:** Молодцы ребята, справились с заданием.

(дети подходят к стенду)

**Инструктор:**Кто изображён на картинке?

**Дети:** Водитель.

**Инструктор:**Что делает водитель?

**Дети:**Водит машину.

**Инструктор:**А на какой цвет светофора водитель едет вперёд?

**Дети:**Зелёный.

**Инструктор:**Правильно, а на какой цвет стоит?

**Дети:** Красный.

**Инструктор:** Правильно, молодцы. Мы с вами тоже будем водителями.

(раздаём детям цветные модули – машины)

**Игра «Найди свою пару»**

(дети двигаются по залу, в руках цветные модули – машины. По сигналу: «Найди свою пару» -  дети встают парами по цвету машин. - 2раза

**Инструктор:**Молодцы, ребята. А мы продолжаем наше путешествие в мир профессий.Кто изображён на этой картинке?

**Дети:**Космонавт.

**Инструктор:**Правильно дети. А чем занимаются космонавты?

**Дети:** Летают в космос.

**Инструктор:** А на чём космонавты летают в космос.

**Дети:** На ракете.

**Инструктор:** Давайте и мы отправимся в полёт. Поиграем в игру «Ждут нас быстрые ракеты» 2-раза

(По кругу разложены обручи - ракеты, дети идут рядом с обручами по кругу друг за другом говоря слова игры, по сигналу «Займи свою ракету» - дети парами встают в ракету – обруч и поднимают её вверх)

**Инструктор:**Чтобы полететь в космос, что на себя надо надеть?

**Дети:**Скафандр.

(дети имитируют движения,  «одевают скафандр»)

  **Игра «ждут нас быстрые ракеты»**

**Инструктор:** «надели скафандр»,  и пошли друг за другом

       Ждут нас быстрые ракеты

       Для полёта на планеты

       На какую захотим, на такую полетим

       Но в игре один секрет, опоздавшим, места нет.

**Инструктор:** Молодцы ребята, послушайте загадку.

 « У меня есть карандаш, разноцветная гуашь, акварель, палитра, кисть и бумаги плотный лист. А ещё мольберт – треножник, потому что я ………»

**Дети:**Художник.

**Инструктор:**Правильно! Что делает художник?

**Дети:** Рисует.

**Инструктор:** Ребята, а вы любите рисовать?

**Дети:**Да.

 (на столе лежит ватман с изображением круга жёлтого цвета, контейнеры с губками, пропитанными цветной гуашью, тазики с водой, полотенца)

**Инструктор:** Ребята, а ведь вы уже маленькие художники, вы все любите рисовать. Посмотрите на этот рисунок, как вы думаете, на что это похоже?

( показывает ватман с изображением круга)

**Дети:**Круг, солнце.

**Инструктор:** Правильно солнце. Ребята, а чего не хватает солнышку?

**Дети:** Лучиков.

**Инструктор:** Давайте нашему солнышку нарисуем лучики своими тёплыми ладошками и посмотрим, какое оно будет.

(звучит музыка « Светит солнышко для всех» слова В.Борисов,

музыка А. Ермолов)

**Инструктор:**Ребята,  посмотрите как красиво получились!

Лучики разноцветные у солнышка, потому что все мы разные. И профессии у ваших родителей то же разные. А теперь  вымоем ручки.(дети моют руки)

**Инструктор:** Ребята, подойдите ко мне поближе. Скажите мне, пожалуйста, понравилось вам сегодня играть?

**Дети:**Да.

**Инструктор:** Ребята, а в какую игру больше понравилось играть?

**Ответы детей**

**Инструктор:**В какие профессии мы сегодня играли?

**Ответы детей**

**Инструктор:** Ребята, в какие профессии вы бы хотели поиграть  в следующий раз?

**Ответы детей**

**Инструктор:** А теперь ребята давайте попрощаемся с гостями.

**Дети:** До свидания!

Дети выходят из зала.