

Конспект НОД по физическому развитию для детей старшего возраста тема: «Полет на луну»

Цель: Формировать у детей сознательного отношения на здоровый образ жизни, используя здоровьесберегающие технологии, нетрадиционные методы, художественное слово; оказать общеукрепляющее воздействие на организм ребенка и развитие четкости движений.

Задачи: совершенствовать у детей умение свободно выполнять упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и правильной осанки, закреплять приемы самомассажа.

формировать эмоциональное отношение и интерес к движениям, развивать мелкую моторику пальцев ног под - средством рисования, закаливающий массаж, развивать интерес к оздоровительным упражнениям, способствовать проявлению детьми чувства удовлетворения от двигательных заданий, развивать у детей самостоятельность, активность, развивать умение заботиться о своем здоровье, творчество, фантазию.

воспитывать морально – волевые качества, выдержку, уверенность в себе, чувство товарищества, настойчивость в достижении положительных результатов, воспитывать бережное отношение к своему здоровью, осознанное отношение и желание создавать положительное отношение к самому себе.

Предварительная работа: беседа о планетах, показ слайдов, разучивание общеразвивающих упражнений с разным размером мячей, использование разных материалов по профилактике плоскостопия и самомассажа. Здоровьесберегающие технологии:

массаж ног, игры с водой, дыхательная гимнастика, ароматерапия, релаксация.

Оборудование: картонный диск, шлемы космонавтов, платочки, мячи резиновые разного размера, по количеству детей, каштаны, «дорожки здоровья», таз с водой, бумага, фломастеры по количеству детей, арома-подушечки.

Ход НОД

Дети входят в зал босиком .

Воспитатель. Здравствуйте ребята! Сегодня мы совершим необычное путешествие, и отправимся на луну. Вы согласны?

Дети. Да!

Закрывают глаза и отправляемся в космическое путешествие - превращаемся в космонавтов.

Звучит музыка, все кружатся, в это время педагог одевает детям шапочки на головы.

Внимание! Внимание! Экипажу юных космонавтов предоставляется корабль новой технологии «Восток». Поздравляю вас с зачислением в отряд юных космонавтов!

Только сильных звездолет может взять с собой в полет. Предлагаю вам, пройти этап проверки пройти – испытание.

Впереди тернистый путь,

Преодолей его ты друг.

Если все ты здесь пройдешь

В космонавты попадешь!

Дети друг за другом выполняют ходьбу по «дорожкам здоровья».

Первое испытание прошли. Появляется космический корабль (яркий, картонный диск)

Приготовиться к полету. Дети легким бегом бегут по кругу, взявшись за круглый, яркий картонный диск.

(под музыку дети кружатся, в это время по залу раскладывают платочки).

После кружения выполняют дыхательную гимнастику.(вдох –через нос)

Прилетели на первую планету «Венера».

Воспитатель. ребята, куда это мы попали? что это за планета? И почему такой беспорядок?

Педагог нашел записку и читает.

Милые дети помогите.

Мусор скорей уберите.

Ручками трогать нельзя,

Вы уж простите меня!

Венера.

Воспитатель. ну, что ребята руки в стороны и за работу! Дети поднимают платочки пальцами ног, и переносят их с одного места на другое, не помогая руками. Каждый переносит 3-4 платочка.

Молодцы настоящие космонавты! Нам пора продолжать полет.

Все собрались, все здоровы?

А к полету вы готовы.

Ты тогда не ленись,

На луну торопись.

Заводим моторы, летим легким бегом по залу после полета дыхательная гимнастика, вдох – через нос.

В это время раскладывают мячи разного размера. Музыка заканчивается, дети открывают глаза.

Воспитатель. Да! Ребята куда это мы попали? Какая каменистая поверхность у планеты. Это скорей всего «Меркурий». Ведь эта планета покрыта кратерами.

(находит письмо, и читает.)

А сейчас, вы можете поиграть,

Повеселиться. В инопланетян превратиться!

Дети выполняют упражнения, используя мячи разного размера.

Воспитатель. Товарищи космонавты, что-то мы заигрались, кажется, мы хотели попасть на луну! Нам пора лететь дальше.

Моторы загудели,

Мы снова полетели.

Закрыли глаза и побежали по залу. В это время разбрасываются каштаны

Воспитатель. уважаемые космонавты, что здесь происходит?

Дети - это по всей видимости прошел метеоритный дождь. Они мешают нашему полету. Нужно очистить путь.

Ты предметы собери,

Но смотри не упади!

Дети собирают каштаны пальцами ног.

Отправляются на следующую водную планету, которая называется «Нептун» Воспитатель предлагает прогуляться по планете (В тазу с водой плещут ногами)

Воспитатель. не легкая это была работа. Ноги наши устали, немного отдохнем. Садитесь в круг, берут массажные перчатки, и растирают ноги.

Мы ходили, мы скакали,

Наши ноженьки устали.

Сядем рядом, отдохнем

И массаж подошв начнем

Воспитатель. теперь путь свободен! Летим дальше! Я кажется, вижу, мы приближаемся к луне (в это время раскладываются листы бумаги с фломастерами).

Воспитатель. здесь живут инопланетяне так хочется их порадовать, но я не знаю как это сделать, ребята предлагают нарисовать их портреты ногами.

(рисование пальцами ног)

Точка, точка, запятая,

Минус режется кривая.

А еще добавим ножек

Получился лунатичек. Когда мы улетим, они наверняка выйдут и посмотрят.

А нам пора возвращаться домой. Приготовили моторы, глубокий вдох.

Моторы заревели, и мы с вами полетели.

Воспитатель. Вот мы и вернулись на нашу землю, любимую планету здесь пахнет лесом, травой. Какими травами пахнет на земле (дети нюхают арома – подушечки и называют запахи лекарственных трав).

Под звуки пения птиц ребята отдыхают на арома - подушечках

(Релаксация) Педагог благодарит детей за путешествие.

Воспитатель. Ребята, чему научило нас это путешествие?

Дети делают вывод, что для того, чтобы быть здоровым необходимо заниматься физкультурой.

Воспитатель. Желаю вам здоровья и никогда не болеть.