

Конспект НОД по физическому развитию для старших дошкольников

Тема: «Лесное путешествие»

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни и спорту через игровую деятельность.

Задачи:

Оказать общеукрепляющее воздействие на организм ребенка, развитие ловкости и четкости движений.

Развивать у детей самостоятельность, активность, развивать умение заботиться о своем здоровье, развивать творчество, фантазию

Формировать эмоционально – положительное отношение и интерес к движениям, развивать интерес к оздоровительным упражнениям, уточнить представления детей о полезных и вредных продуктах.

Оборудование: избушка Бабы-Яги 2 веника, 2 ведра, ворота шарики из цветного бассейна двух цветов, 2 бассейна ,прыжковая яма, вредные и полезные продукты, фито чай.

Ход НОД

Баба Яга сообщает ребятам по телефону о том, что она приглашает детей к себе в избушку в лес.

Ребята отправляются в лес, рассаживаются на пеньках у шалаша бабы Яги.

Баба Яга – Ребята вы знаете, о том, что каждый человек может укрепить свое здоровье, Недаром говорят «Я здоровье, сберегу, сам себе помогу»

Как вы думаете, что такое здоровье?

Дети: это сила, красота, ум.

Это когда все получается.

Баба Яга. А как можно укреплять свое здоровье?

Дети: Заниматься физкультурой?

Правильно питаться?

Соблюдать режим дня?

Закалятся?

Баба-Яга: Сотни лет жила я в избушке,

И вдруг стало скучно старушке.

Решила не водиться я с чёртом,

А лучше подружиться со спортом!

Я теперь закаляюсь,

По утрам водой обливаюсь.

Делаю водные процедуры,

Деток не ем-
Чтоб не испортить фигуры.
Каждый день упражненья-
Ни дня не сижу без движенья.
Избушку свою заставляю я прыгать-
Курьими ножками двигать.
Давайте-ка разомнём косточки все вместе!
РАЗМИНКА:

Топай, топай, курьи ножки, (шаги на месте)
Бегай, бегай по дорожке. (бег на месте)
Крыша, крыша, не скрипи. (наклоны головы)
Ты трубою покрути! (вращения головой)
Ты, избушка, не ленись,
Вправо, влево наклонись! (наклоны)
Покружись, моя избушка, (кружимся)
Не ленись, моя старушка!

Баба-Яга: Уделим спорту по больше внимания,
проведём «веселые» соревнования!

Ловкостью, силушкой смеримся,
Ребята идут вместе с Бабой Ягой между деревьями, преодолевая
препятствия, под лизание, переступание.

ДЕТИ ДЕЛЯТСЯ НА ДВЕ КОМАНДЫ

Баба-Яга:

-Чтоб не болели ноги, спина
Рекомендую в ступе бега.
Веником машем для скорости-
Ловкими станете в скорости.

Эстафета (необходимо ведро и веник для каждой команды: левая нога в
ведре, рука держит дужку, в правой руке веник, добегаем до стены и назад,
передаём инвентарь следующему игроку)

Баба-Яга:

-Леса у нас дремучие,
Болота наши вонючие.
Прыгать нужно по островкам,
Предлагаю поучиться и вам.
(прыгают в прыжковой яме) через «болото»

Баба-Яга:

- Для глаз, полезен
«веселый пейнтбол»

В большую ступу
Забиваем мы гол!

(одной команде выдаются красные шарики из сухого бассейна, другой-
зелёные из расчёта по два шарика на игрока, игроки по очереди кидают
шарики в «ступу», затем проводится подсчёт- сколько каких шариков
оказалось в ступе)

Баба-Яга:

- В воскресенье собираю друзей,

Мы играем в «ёжкин хоккей»

Нужен нам веник и мячик,

Хочешь попробовать, мальчик?

(Эстафета: командам выдаётся по венику и мячу, ворота находятся у противоположной стены, веником нужно довести мяч до ворот (забить гол), затем взять мяч в руки и бежать назад, передать следующему игроку мяч и веник)

Баба-Яга:

После спорта

Не страдаю я от безделья,

А варю колдовское я зелье.

Баба Яга предлагает для зелья выбрать и полезные продукты

Ребята распределяют полезные и вредные продукты, полезные продукты складывают в кастрюлю.

(Прodelывает колдовские движения над кастрюлей)

Варит зелье

Зелье это от всех хворей

От разных недугов и болей.

Сейчас я и вас угощу,

Голодными не отпущу!

(Раздаёт всем детям фито чай)

Баба-Яга:

А чтобы вы были особенно рады,

Вручаю вам награды!

Награждение участников