Дранова Светлана Федоровна

Инструктор по физ-ре, МБДОУ «Детский сад № 80»

# Г. Новороссийск

Конспект двигательной деятельности

для детей старшего дошкольного возраста

«Чебурашка в гостях у ребят…».

Приоритетная область двигательная деятельность

Возраст детей старший дошкольный

Цель. Способствовать осознанию себя, накоплению социального опыта, как представителя определённого пола у мальчиков –мужского пола, у девочек – женское пола.

Активизировать интерес к двигательной деятельности. Способствовать пониманию зависимости здоровья от занятий физической культурой.

 Обучающие задачи:

Упражнять детей в ходьбе и беге, в колонне по одному, врассыпную, с выполнением заданий, способствующих развитию силы, координации движений, с использованием нетрадиционного оборудования. Повторить упражнения в лазании, равновесии, прыжках.

Развивающие задачи:

Развивать чувство ритма, выразительность движений, двигательные способности у детей быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве. Развивать эмоциональную сферу воспитанников посредством игровой деятельности, создания благоприятного эмоционального фона.

Воспитательные задачи:

Воспитывать уважительное отношение к противоположному полу. Способствовать повышению интереса к занятиям двигательной деятельностью, посредством введения гендерных заданий. Воспитывать, пониманию какие упражнения направлены на укрепление развитие определённых групп мышц. Самостоятельность в выборе инвентаря, смелость, решительность, волю, чувство товарищества, настойчивость, понимание для чего необходимо выполнять двигательные задания и какую пользу они принесут.

Предварительная работа:

Разучить с детьми спортивно – танцевальную композицию. Подготовить форму для девочек – спортивные купальники с юбочками, для мальчиков – белая футболка и шорты.

Пособия и инвентарь:

Гимнастические скамейки – 2 щт гантели вес – 0,5 кг. – по 2 шт количеству мальчиков, нетрадиционное оборудование «Камешки» по два для каждого ребёнка, канат, султанчики по 2 по количеству девочек, 2 малых мяча красного и зелёного цвета.

Оборудование для педагога: Мультимедийное оборудование, музыкальный центр.

Сказочный персонаж: Чебурашка.

Наклейки для девочек – сказочные феи, наклейки для мальчиков – отважные моряки.

Ход занятия:

Звучит песня о спорте: дети свободно заходят в зал вместе с инструктором по физкультуре. На экране появляется картинка сказочного героя – Чебурашки.

Инструктор: Ребята, что изменилось в зале? Дети «Да, это же герой из мультфильма, Чебурашка к нам в гости пришёл!» Инструктор: Ребята, а что нужно сделать, когда встречаешь гостя? Дети «Нужно поздороваться! (дети здороваются с Чебурашкой.) Чебурашка: Здоровается с ребятами. Ребята, вы такие разные. Почему на одних ребятах надеты юбочки, заколки в волосах, и они такие нежные, как сказочные феи, а на других спортивная форма и они такие крепкие, сильные, спортивные? Девочки: потому, что мы девочки. Мальчики: потому, что мы мальчики. Чебурашка: Девочки, мальчики - я так сразу не запомню. Инструктор: Девочки и мальчики, что нужно сделать, чтобы Чебурашке легче было запомнить, кто такие девочки и кто такие мальчики? Дети: Давайте девочкам наклейки сказочных фей наклеим на спортивную форму, а мальчикам – отважных моряков и Чебурашке, он ведь игрушечный персонаж, легче будет запомнить, кто такие девочки, кто такие мальчики. Чебурашка: а когда девочки вырастут, кем они станут? Девочки: женщинами и мамами. Чебурашка: а когда мальчики вырастут, кем они станут? Мальчики: мужчинами и папами. Чебурашка: Девочки и мальчики, а для чего вы надели спортивную форму? Дети: Мы пришли на физкультурное занятие. Чебурашка «Для чего нужно физкультурой заниматься девочкам и мальчикам?» Дети: Физкультурой нужно заниматься всем, взрослым и детям, чтобы не болеть, чтобы расти сильными и крепкими Чебурашка: «Научите меня, как заниматься физкультурой я тоже не хочу болеть. Инструктор: Ребята, научим Чебурашку? Дети: Мы сейчас покажем, как мы занимаемся физкультурой.

 Звучит «Вальс цветов» - девочки строятся в шеренгу. Звучит песня «Бескозырка» - мальчики строятся в шеренгу. Дети «К разминке готовы!» Инструктор «Тогда вперёд!»

Вводная часть:

Ходьба в колонне по одному: на носках р. вверх, на пятках р. за голову, в полуприседе, р на колени, приставным шагом вперёд, семенящими шагами, спортивной ходьбой. Инструктор: По свистку – остановка! Ребята, Чебурашка ведь не знает, что что - бы мышцы ног стали крепкими, нужно их укреплять с помощью специальных упражнений. Какие упражнения пригодятся? Дети: «Камешки», мы покажем Чебурашке как их нужно выполнять. Дети надевают на ноги нетрадиционное оборудование, возвращаются на свои места, выполняют ходьбу друг за другом в колонне по одному. Инструктор: по сигналу свистка, дети снимают «Камешки, складывают инвентарь Чебурашка: какие ловкие девочки и мальчики.

Ребята выполняют упражнения в ходьбе и ползании по команде инструктора. Инструктор: По сигналу свистка - остановка. Звучит команда: «Девочки!». Девочки выполняют на месте прыжок ноги врозь и остаются в этом положении, мальчики по команде: «Проползи в воротки»! – проползают в упоре стоя на ладонях и коленях между ног у девочек, после выполнения упражнения выпрямляются и становятся на свои места, оббегая девочек. Девочки прыжком возвращаются в исходное положение. Ходьба продолжается. Инструктор: По сигналу свистка - остановка. Звучит команда: «Мальчики!». Мальчики выполняют на месте прыжок ноги врозь и остаются в этом положении. Инструктор подаёт команду: «Девочки прыжком - кругом! Проползи в воротки!» Девочки проползают в упоре стоя на ладонях и коленях между ног у мальчиков, после выполнения упражнения выпрямляются становятся на свои места, оббегая мальчиков. Мальчики прыжком возвращаются в исходное положение. Ходьба продолжается. Упражнение в движении выполняется по 2 раза. Инструктор: «Через середину, на право девочки, на лево мальчики, в колонну по одному - «Марш!». Выполняя перестроение, мальчики берут гантели. Дети сроятся в две колонны, после поворота налево, в две шеренги, производят размыкание на вытянутые в стороны руки, после чего мальчики кладут гантели возле стоп справа.

 ОРУ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Содержание упражнений  | Дозировка | Примечание |
| И. п.: основная стойка 1 — руки в стороны; 2 — руки к плечам; 3 --- руки в стороны; 4 — вернуться в исходное положение | 6-8 раз | Мальчики – с гантелями Девочки – с султанчиками  |
| И. п.: узкая стойка ноги врозь, руки на пояс. 1—2 — глубокий присед, р. вперёд 3—4 — вернуться в исходное положение. | 6 раз | Мальчики - с гантелями Девочки – с султанчиками |
| И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1---2 -- наклон вправо, правую руку вниз, левую к подмышке3---4 -- вернуться в исходное положение. То же влево | 6 раз | Мальчики - с гантелями Девочки – с султанчиками |
| И. п.: упор стоя на коленях. 1—2 выпрямить колени, приняв положение упора согнувшись; 3—4 — вернуться в исходное положение | 6 раз |  |
| И. п.: основная стойка, руки внизу. 1 — руки в стороны; 2 — поднять левую прямую ногу вперед, хлопнуть в ладоши под коленом; 3 — руки в стороны; 4 — вернуться в исходное положение. Так же под правой ногой | 6--8 раза |  |
| И. п.: основная стойка, руки на поясе.1—10 прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; поворот кругом и снова прыжки  |  4 \*10 2 подхода | Всего 80 прыжков |

 Инструктор: Ходьбой врассыпную – марш! Дети выполняют перестроение. В одну шеренгу – становись! Дети выполняют команду. Инструктор: Настроение хорошее? Дети:«Да! Здоровье в порядке!» Инструктор «Когда девочки и мальчики здоровы и у них хорошее настроение, чем они любят заниматься?» Дети: танцевать! Инструктор: Давайте станцуем танец «Весёлое настроение», а заодно посмотрим, чья команда дружнее, девочек, или мальчиков. Когда музыка будет заканчиваться, нужно построиться возле своего цвета, девочкам, возле красного, а мальчикам, возле синего. Главным судьёй кого пригласим быть? Дети: Чебурашку! Дети танцуют танец «Весёлое настроение». Девочки с султанчиками. Чебурашка: (слайд) «Замечательно вы танцуете, девочки и мальчики и построились быстро, я думаю, что победила дружба!» Инструктор: «Ребята, для того, чтобы быть сильными и ловкими, что нужно делать?»

 Дети: Специальные упражнения! Дети выполняют упражнения в основных видах движений по подгруппам (девочек и мальчиков). Поточным методом: 1. Ходить по гимнастической скамейке на ладонях и стопах «по - медвежьи»-вернуться, выполняя прыжки боком, вправо и влево, через канат -- 2 раза;

 2.Ходить по двум гимнастическим скамейкам, взявшись за руки –2 раза, Чебурашка: (слайд) Ребята, а почему у мальчиков канат длиннее, чем у девочек? Дети: потому, что мальчики будущие защитники Родины, им нужно тренироваться больше, чтобы быть сильными и выносливыми, и здоровыми.

Подвижная игра «Льдинка»

Цель: учить бегать, не наталкиваясь друг на друга, врассыпную, лазать в упоре стоя на ладонях и коленях, соблюдать правила игры.

Ход игры: выбирается водящий из числа детей – это «льдинка». Водящий считает до пяти. Дети бегают врассыпную по игровой площадке. После счета «5», «льдинка» начинает догонять детей и, дотронувшись до каждого ребенка, «замораживает» их. «замороженный» «льдинкой» ребенок останавливается и принимает стойку - ноги врозь. Когда из числа играющих остается 2 –3 «не замороженных» игрока, водящий считает до «5». Оставшиеся ребята подходя к «льдинке» и они вместе, проползая между ног стоящих ребят (в воротики), «размораживают» играющих. Игра повторяется 2-3 раза

Инструктор: Ходьбой врассыпную - марш! Дети выполняют команду Инструктор: В одну шеренгу – становись! Дети выполняют команду

Малоподвижная игра: «Какие они девочки и мальчики» Цель: Закрепить с помощью игры знаний о признаках отличий девочек и мальчиков, используя утверждения. Если утверждение верно, то дети хлопают в ладоши, а если не верно, то топают ногами, после каждого утверждения инструктора и ответов детей, появляются на экране картинки с правильным ответом. Инструктор: 1 Мальчики заплетают косички, завязывают бантики, разноцветные резиночки, носят на голове заколочки? 2.Девочки заплетают косички, завязывают бантики, носят на голове разноцветные резиночки, заколочки? 3. Мальчики мужественные, сильные, ловкие, как отважные моряки? 4. Девочки любят играть с машинками? 5. Мальчики любят играть с машинками, играть в футбол, хоккей? 6. Девочки нежные, как сказочные феи и любят играть с куклами и прыгать через скакалку? 7. Мальчики и девочки любят петь, танцевать, читать интересные книжки, любят конфеты, занимаются физкультурой, чтобы быть здоровыми! Чебурашка: Слайд. Теперь я понял кто такие девочки и кто такие мальчики. Спасибо вам, ребята, за то, что объяснили мне, что чтобы быть здоровым, нужно заниматься физкультурой и показали своё физкультурное занятие. Я буду заниматься физкультурой каждый день, я буду здоровым! Инструктор: Ребята, занятие подошло к концу. Пожелаем друг другу быть…(дети хором» и Чебурашке здоровья, а ещё, новых достижений на физкультурных занятиях.

Задание для девочек: правая рука вверх, левая рука вверх, выполняя хлопки и медленно опуская руки вниз сказать досвидание, под каждый слог выполнить хлопок в ладоши.

Задание для мальчиков: правая рука вверх, левая рука вверх, опуская обе руки вниз, сказать досвидание. Инструктор: Девочки и мальчики, прыжком, на право! Шагом, марш! Звучит спортивный марш. Занятие закончено.

Список литературы

1 «Дошкольная педагогика» Учебное пособие (Под редакцией ВИ Ядэшко и Ф А Сахина Москва Просвещение 1986г-258с

2 ВС Папилова «Гендерное воспитание в условиях дошкольного учреждения» /Режим доступа: http//festival.1september.ru/articles//551640/

3 ВР Тетенова, ЕВ Баяндина «Я мальчик, я девочка»

//МАДОУ «детский сад №6 г Перми» //Сайт «Воспитатель» Режим доступа:

http;//vospitatel.com.ua//zaniftia/mir/yamalchik-ya-devochka-mladsciy-vozrast/html