

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «№ 16»

Конструкт непрерывной образовательной деятельности
по физическому развитию в старшей группе
с использованием методики Н. Н. Ефименко
«Почему Черное море бурливое»

Разработчик:

воспитатель МА ДОУ № 16

Рогова Н.А

Красноурьинск, 2020

Тема: «Почему Черное море бурливое»

Цель: накопление и обогащение двигательного опыта детей, формирование потребности в двигательной активности.

Учебно-методический комплект: Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой; авторская программа Н. Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления дошкольников».

Возрастная группа: 6-й год жизни

Форма НОД: путешествие

Форма организации: групповая, подгрупповая

Средства:

литературные : легенда «Почему Черное море бурливое».

мультимедийные: аудио и видео запись моря,

Оборудование: 3 дуги для подлезания, гимнастическая скамейка, обручи 4 шт., конусы 6 шт., канат, гимнастические коврики, стрелы на каждого ребенка.

ЗАДАЧИ образовательной программы	Задачи с учетом индивидуальных особенностей воспитанников группы
Задачи Образовательные: Закреплять умение с легкостью выполнять различные виды ходьбы, бега Закреплять умения прыгать на двух ногах с продвижением вперед, пролезать под дуги, скользить по гимнастической скамье; ходить приставным шагом по канату. Закреплять умение сочетать замах с броском при метании; Развивающие: Развивать внимание, умение ориентироваться в пространстве, Развивать гибкость, ловкость, творчество, пластику, выразительность и координацию движений. Развивать навыки безопасного поведения во время выполнений физических упражнений. Развивать познавательную активность	Вероника Х. – способствовать совершению выполнения движений, развитию ловкости. Максим К.– развивать мышцы спины и ног, координацию движений, способность распределять внимание. Саша Ш. – развивать ловкость, гибкость, координацию движений, способствовать укреплению мышц спины и конечностей.

Воспитательные:

Воспитывать стремление к правильному выполнению упражнений, согласованность действий в команде;

Воспитывать потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Воспитание честности и правдивости, развитие чувства стыда за неблагоприятный поступок.

Этапы деятельности	Содержание деятельности	Действия детей	Планируемый результат
<p>1.Организационный этап Мотивация на совместную деятельность</p>	<p>В: Здравствуйте ребята. Сегодня к нам на занятие пришли гости, давайте поздороваемся с ними. Кто из вас отдыхал на берегах Черного моря? А знаете ли вы легенду «Почему Черное море бурливое?» Хотите узнать? Для этого нам нужно дойти до берегов Черного моря, там я вам расскажу легенду. Пригласим наших гостей в наше увлекательное путешествие. <u>Объясняет дальнейшее действие, напоминаем детям правила техники безопасности</u> Для того, чтобы наше путешествие интересно и увлекательно, оно должно быть безопасным, поэтому мы с вами: - внимательно слушаем и четко выполняем задания руководителя группы - во время передвижений смотреть вперед, соблюдать достаточное расстояние, избегать столкновения - нельзя толкать в спину впереди идущего - резко менять направление своего движения</p>	<p>Здороваются.</p> <p>Сосредотачивают внимание, слушают, проявляют эмоциональную заинтересованность</p>	<p>Сформирована готовность детей к общению с взрослым и совместной деятельности</p> <p>Сформированы навыки безопасного поведения во время выполнения физических упражнений</p>
<p>2.Основной этап Вводная часть</p>	<p>В: Для начала мы с вами выполним упражнения для того, чтобы наши мысли были четкими и ясными, мы смогли принимать быстрые и правильные решения. <u>Проводит Кизенеологические упражнения, следит за правильностью выполнения упражнений</u> 1. Колечко. 2. Кулак - ребро - ладонь.</p>	<p>Выполняют упражнения</p>	<p>Развитие моторики рук, речи</p>

<p>Общеразвивающие упражнения</p>	<p>В: Ну что друзья, в путь! <u>Следит за правильностью выполнения упражнений , подбадривает, хвалит детей.</u> <i>«Идем к берегу Черного моря»</i>- ходьба друг за другом. 1. . <i>«Ходьба между деревьями»</i>- ходьба змейкой; 2. <i>«Песок горячий осторожно»</i> -ходьба на носках, руки в стороны. 3.<i>«Попробуйте идти на пятках, будет не так горячо»</i> - ходьба на пятках руки за головой. 4. <i>«Слышен шум моря»</i> - обычный бег. Надо поторопиться! 5.Бег с ускорением. Вот и виднеется Черное море, замедляем бег. <u>Проводит кизенеологическое упражнение «Губы трубкой»</u> В: Чтобы правильно дышать, Нужно воздух нам глотать. И. п. – медленная ходьба 1 — полный вдох через нос, втягивая живот; 2 — сделать глотательное движение, как бы глотая воздух; 3 — пауза в течение 2-3 с, 4 — пауза в течение 2-3 с, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно.</p> <p>В: Вот мы и пришли на берег Черного моря Возьмите коврики и удобно устраивайтесь на бережке. В: Ребята, закройте глаза. Перенесемся с вами в легенду <i>Рассказывает легенд, проводит ОРУ, следит за</i></p>	<p>Выполняют ходьбу друг за другом. Выполняют ходьбу змейкой Выполняют ходьбу на носках (руки в стороны), на пятках (руки за спиной) Выполняют ходьбу змейкой Выполняют бег. Выполняют обычную ходьбу. Выполняют упражнения на восстановление дыхания</p>	<p>Сформировано умение выполнять различные виды ходьбы, бега Восстановлено дыхание</p>
--	---	---	---

	<p><u>правильностью выполнения, поощряет детей.</u> «Почему Черное море бурливое». <i>Давно это было, кто знает, когда это было...</i> <i>Жил на земле сказочный богатырь, силы неслыханной, смелости невиданной. Имел он оружие удивительное – волшебную золотую стрелу. Крепко берёг волшебную стрелу богатырь, спрятав ее глубоко в подземелье за десятью пудовыми замками...</i></p> <p><u>Упр.1. «За десятью замками»</u> И. п. Поза «эмбриона». Лежа на правом боку, ноги согнуты в коленях, подтянуты к животу; руки – ладонь к ладони – под щекой. Перевороты с бока на бок. Счет парами. (2. 4. 6, 8.10 – 5раз). Дыхание произвольное. <i>Пока волшебная золотая стрела была надежно спрятана, море было спокойным.</i></p> <p><u>Упр.2. «Спокойное море»</u> И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища, прямые ноги вместе. 1 – развести руки и ноги в стороны, скользя по коврику, вдох; 2 – вернуться в и. п. выдох. 3 раза. выдох. 3 раза. Отдыхают.</p> <p><u>Упр.3.«Сила богатырская, нежность материнская».</u> И. п. лежа на животе, руки в упоре о ладони у груди. Мальчики отжимаются, удерживая туловище на руках. Девочки поднимают только грудную клетку. Дыхание произвольное. <i>Славилась стрела разрушительной силой. Стоило богатырю взять лук, натянуть тетиву, и стрела с оглушительным грохотом взлетала ввысь.</i></p> <p><u>Упр.4. «Охота»</u></p>	<p>Сидт в позе индийского ученика, слушают воспитателя.</p> <p>Выполняют повороты с бока на бок</p> <p>Разводят руки и ноги в стороны</p> <p>Выполняют отжимание, поднимают грудную клетку Отдыхают, слушают воспитателя</p> <p>Выпрямляют</p>	<p>Готовность детей к совместной деятельности.</p> <p>Развитие гибкости, выразительности и координации движений.</p> <p>Развитие гибкости, выразительности, пластики и координации движений.</p> <p>Сформировано стремление к правильному выполнению</p>
--	--	---	--

	<p>И.п. лежа на животе с опорой на предплечья согнутых в локтях рук- выпрямление рук вверх, имитация «стрельбы из лука». 3 раза. И. п. – выдох.</p> <p><i>Пришло время богатырю расставаться с жизнью. Позвал он своих сыновей и говорит им: «Дети мои! Исполните мое желание. Откройте подземелье вот этими ключами, возьмите золотую стрелу, о страшной силе которой вы слышали, и бросьте ее посередине Черного моря, самого глубокого моря в мире».</i></p> <p><u>Упр.5. «Ключик-замочек»</u></p> <p>И.п. сидя на низких коленях, подняться, опустить на правую сторону, вверх поднять торс, опуститься на левую сторону</p> <p><i>Повинуясь требованию отца, воины взяли волшебную стрелу и той же ночью отправились в путь.</i></p> <p><u>Упр.6. «В путь»</u></p> <p>И.п. стоя на средних четвереньках, повороты головы вправо, влево.</p> <p><i>Долго шли они, коротко ли, только вот впереди показались синие горы.</i></p> <p><i>Взобрались братья на синие горы, поднялись к голубому небу.</i></p> <p><u>Упр.7. «Восхождение»</u></p> <p>И.п. в полуприсяде, руки упираются о колени, ходьба по кругу с полным выпрямлением в позу «Благоговения» (руки вверх)</p> <p><i>Взорам их открылась величественная картина: далеко-далеко внизу простиралось огромное, безбрежное море. Это было Черное море.</i></p> <p><u>Упр.8. «Восхищение»</u></p>	<p>руки, имитируя стрельбу лука, слушают воспитателя</p> <p>Выполняют упражнения</p> <p>Выполняют повороты головы Идут по кругу в полуприсяде, выпремляются.</p> <p>Выполняют прыжки</p>	<p>упражнений.</p> <p>Сформирована потребность в двигательной активности физическом совершенствовании.</p> <p>Развито внимание, умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>Сформировано стремление к правильному выполнению упражнений, согласованность, умение действовать в команде.</p>
--	---	--	---

<p>Основные движения</p>	<p>И. п. основная стойка. Прыжки на месте, руки, ноги в стороны. <i>В его водах надо было захоронить огненную стрелу.</i> Упр.9. «Задание»(упражнение на дыхание) И.п. стоя, руки на поясе, выполнять наклоны туловища. (Колени не сгибать, руками касаться пола). 3 раза. Наклон – выдох. <i>Договорились братья спрятать стрелу в горах, а отцу сказать, что сделали, как он велел. Вернувшись, домой, братья удивились, что отец каким-то образом узнал их замысел. Набросился на сыновей, упрекая их в непослушании. Велел выполнить испытание и вспомнить пословицы о честности.</i> Упр.10. «Испытание» И. п. В парах, лицом к лицу, ноги: одна впереди другой; руки в упоре о руки. Силовое сгибание рук. Дети произносят пословицы о честности. 1.Честно величать, так на пороге встречать. 2.Всяко ремесло честно, кроме воровства. 3.Которая служба нужнее, та и честнее. 4.Хлеб черствый — обед честный. 5.Кто честно служит, с тем слава дружит. 6.Честные глаза вбок не глядят. 7.Не тот правей, кто сильнее, а тот, кто честней.</p> <p><u>Воспитатель продолжает рассказывать легенду:</u> <i>Тогда сыновья, убедившись в том, что невозможно сохранить у себя волшебное оружие, снова отправились к берегам далекого моря и исполнили приказание отца.</i></p>	<p>Выполняют упражнение на дыхание</p> <p>Слушают воспитателя</p> <p>Выполняют упражнения в парах</p> <p>Произносят пословицы</p>	<p>Сформирована техника прыжков на двух ногах</p> <p>Восстановлено дыхание</p> <p>Сформировано стремление к правильному выполнению упражнений, согласованность, умение действовать в команде.</p> <p>Формирование качеств честность и правдивость, развитие чувства стыда за неблагоприятный поступок.</p>
---------------------------------	--	---	--

	<p><u>Объясняет дальнейшее действие, напоминаем детям правила техники безопасности</u></p> <p>В: Мы снова отправляемся с вами в путь, впереди нам придется пройти болото по кочкам, прыгать поочередно, ножки наши полусогнуты, приземляемся на носочки</p> <p>В: Далее пройдем с вами сквозь пещеру, не толкаемся, не падаем и не ложимся на землю</p> <p>В: Затем мы преодолеем глубокое ущелье подтягиваясь по бревну, не торопимся, не толкаемся, в конце бревна ставим обе ноги на землю, садимся на бревно, а затем только встаем на ноги в полный рост.</p> <p>В: Правильно выполнив упражнения, мы безопасно доберемся до нужного нам места.</p> <p><u>Воспитатель организует выполнение основных движений:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. « По кочкам» - прыжки в обручи. 2. «Через пещеру»- ходьба на четвереньках через дуги 3. «По бревну через ущелье»- подтягивание по скамейке. 4. . «Наказ отца» «Бросим стрелы в море» - метание вдаль. <i>Огненная стрела опустилась в бездну морскую. Потемнело от гнева море, закипели, заволновались его тихие воды.</i> <p><u>Воспитатель проводит подвижную игру «Буря»</u> <i>Иногда забурлит, заклокочет, поднимет громадные волны, пытаясь выбросить из недр своих смертоносное оружие. Но вскоре успокаивается, зная, что никто не</i></p>	<p>Сосредотачивают внимание, слушают, проявляют эмоциональную заинтересованность, запоминают правила безопасности</p> <p>Выполняют прыжки с продвижением вперед, пролезают под дугами, выполняют скольжение по гимнастической скамье, метание вдаль</p> <p>Встают в круг, изображая бурное волнение моря; часть детей</p>	<p>Готовность детей к совместной деятельности</p> <p>Сформированы навыки безопасного поведения во время выполнений физических упражнений</p> <p>Сформировано умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед, продвигаться по тоннелю, скользить по гимнастической скамье, умение сочетать замах с броском при метании;</p>
--	---	---	--

	<p><i>воспользуется им...</i> <i>До сих пор где-то на дне морском лежит огненная стрела, и Черное море хранит эту тайну.</i></p>	<p>изображает рыбок, которые прячутся на дно морское, чаек, Штиль: дети прекращают движение.</p>	<p>Сформирована потребность в двигательной активности физическом совершенствовании.</p>
<p>3. Рефлексивно - заключительный</p>	<p>Ребята, а теперь закройте глаза и перенесемся в наше время – мирное и спокойное. <u>Воспитатель проводит релаксацию</u> Релаксация «На море» Реснички опускаются, Глазки закрываются. Мы спокойно отдыхаем, Дышим легко, ровно глубоко. Снится вам один замечательный сон. В этом сне вы видите море с прозрачной голубой водой, можно рассмотреть подводный мир: необыкновенные водоросли, медуз и веселых дельфинов. Мы хорошо отдохнули, набрались сил. На наших лицах добрая и веселая улыбка. Мы делаем глубокий вдох и открываем глаза. Воспитатель: Какое море вам больше понравилось темное, беспокойное, бурливое или ласковое, голубое, чистое? А легенда вам понравилась? Как вы поняли смысл ее? Чему нас она учит? Какой мы можем сделать вывод для себя? Молодцы, ребята! Мне очень понравилось наше путешествие. Вы были смелыми и отважными, отлично</p>	<p>Ложатся на коврики, закрывают глаза, слушают шум моря и крик чаек.</p> <p>Отвечают на вопросы</p>	<p>Сформирована потребность в двигательной активности физическом совершенствовании.</p> <p>Формирование качеств: честность и правдивость, развитие чувства стыда за неблаговидный поступок.</p>

	<p>справились со всеми заданиями, и конечно же укрепили свое здоровье.</p>		
--	--	--	--

