

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №168 «Теремок»
общеразвивающего вида
(МБДОУ «Детский сад №168»)

Конспект открытого занятия
«Путешествие в страну Неболекк»



Составила: Семина Оксана Сергеевна,
инструктор по физической культуре

Барнаул, 2017

Схема конспекта занятия

Педагог (ФИО) Семина Оксана Сергеевна

Образовательная область: Физическая культура

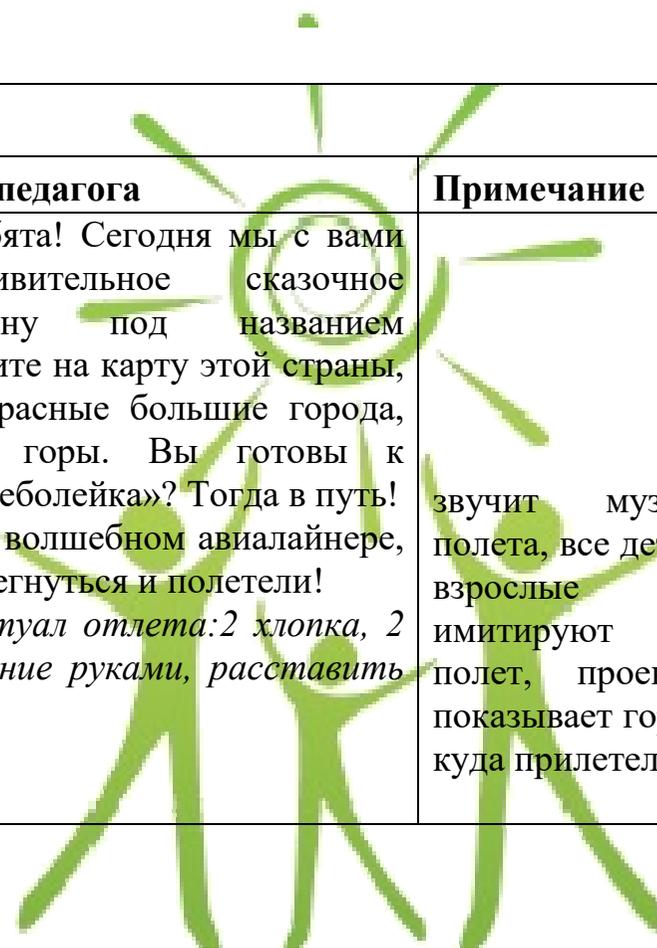
Возрастная группа: старшая

Тема занятия: «Путешествие в страну Неболеек»

Задачи:

1. Формировать двигательные умения и навыки, умение согласовывать движения с музыкой.
2. Развивать физические качества - быстроту, ловкость, гибкость
3. Воспитывать любовь к здоровому образу жизни.

1.Вводная часть занятия		
Деятельность детей	Деятельность педагога	Примечание
Дети входят в зал. Построение в шеренгу. Рассматривание карты. Дети стоят в кругу.	Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня мы с вами отправляемся в удивительное сказочное путешествие в страну под названием «НЕБОЛЕЙКА». Посмотрите на карту этой страны, и вы увидите здесь прекрасные большие города, острова, леса, реки и горы. Вы готовы к путешествию по стране «Неболейка»? Тогда в путь! А отправимся мы туда на волшебном авиалайнере, прошу занять места, пристегнуться и полетели! <i>Предлагаю совершить ритуал отлета:2 хлопка, 2 хлопка по коленям, вращение руками, расставить руки, изображаем полет.</i>	звучит музыка полета, все дети и взрослые имитируют полет, проектор показывает город, куда прилетели.



Поза «Горы»
Поза «Приветствие»
Вытягиваем руки вверх над головой
Поза «Обезьяна»
Поза «Лягушки»

Поза «Собаки»
Поза «Планка»
Поза «Змея»
Поза «Собаки»
Поза «Лягушки»
Поза «Обезьяна»
Поза «Дерева»
Соединяем ладони над головой, опускаем на уровень груди
Поза «Приветствие»
Поза «Горы»

зародилась она в Индии. Йога помогает достичь бодрости, энергичности, поддержать здоровье, развивать гибкость и выносливость. Хотите попробовать? Тогда я буду показывать движения, а вы повторяйте за мной.

Мы проснулись на рассвете
Раньше всех детей на свете
Здравствуй, солнышко, ура.
И в поклоне мы согнулись
И на вдохе, как лягушки
Мы присели на опушке
Как собачки поклонились,
А потом мы спать ложились
Вот как кобра, мы шипим
На собачку поглядим
Лягушонку раз, два, три
Поклонились до земли.
Высоко мы потянулись
Но до неба не достать
Всем спасибо, улыбнулись
Чтоб горою стать опять.

Йог: Здорово у вас получилось, ну а мне пора. До свидания.

Предлагаю совершить ритуал отлета: 2 хлопка, 2 хлопка по коленям, вращение руками, расставить руки, изображаем полет.

Ну вот мы и прилетели в следующий город, город куда мы с вами попали называется «Чистоград», в этом городе всегда очень чисто, все люди ходят

маленьких йогов.

Йог уходит.



Конкурс «Умывание».

опрятными, никогда не мусорят, следят за своим внешним видом. Кто же правит в этом городе?

Мойдодыр: Мою чисто, чисто, чисто
Грязь и пыль я не люблю
И грязненько я не терплю.
Кто пожаловал в мой город?
С миром вы пришли, с добром?

Мойдодыр: Мое правило «Чистота - залог здоровья». Вам нужно выбирать предметы, которые требуются для совершения утренних процедур. (мыло, расческа, зубная паста, щетка, полотенце)

Мойдодыр: Молодцы, ребята, все постарались. Никогда не забывайте про таких друзей. Умывайтесь, обливайтесь, закаляйтесь!

Ведущий: Спасибо тебе, Мойдодыр, за хороший прием и уроки чистоты. А мы отправляемся в дальние страны.

Предлагаю совершить ритуал отлета: 2 хлопка, 2 хлопка по коленям, вращение руками, расставить руки, изображаем полет.

Ведущий: А это что за остров? «ОСТРОВ РЕЛАКСАЦИИ»

Слышите, какая-то музыка звучит? Кто это может быть?

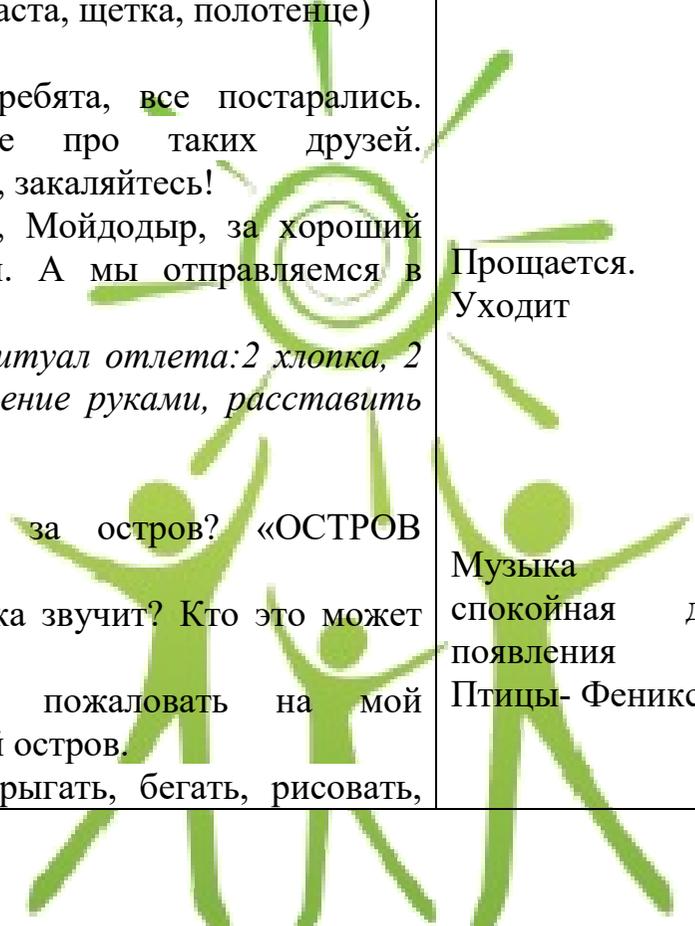
Птица-Феникс: Добро пожаловать на мой сказочно-релаксационный остров.

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать,

Появляется
Мойдодыр

Прощается.
Уходит

Музыка
спокойная для
появления
Птицы- Феникс



Лёжа на спине, под спокойное речевое сопровождение и приятную, тихую музыку полное расслабление

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать!
Есть у нас игра такая - очень легкая, простая:
Замедляется движение, исчезает напряжение
И становится понятно: расслабление приятно!

УПРАЖНЕНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЮ:

Мы раскинем руки, мы как будто птицы.
Мы глаза закроем, - сказка нам приснится...
Шар приснится голубой...
И Мишутка маленький...
Светлый месяц за горой...
И цветочек аленький...
Лепестки ласкает ветер,
Чуть цветок качается...
Это сказка детям снится...
Дети расслабляются...

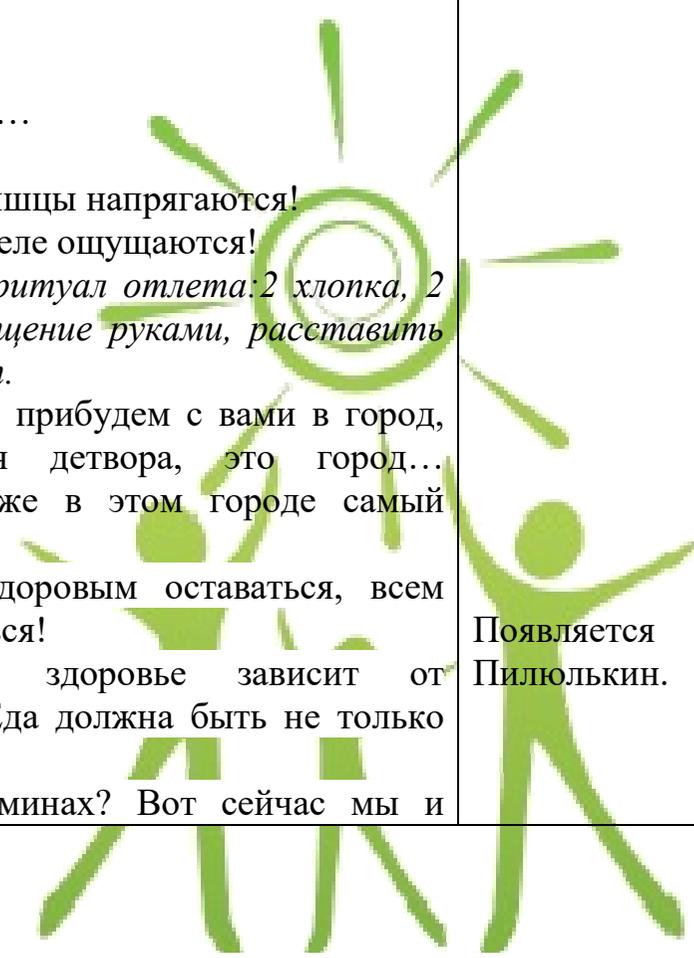
Вот глаза открылись, мышцы напрягаются!
Сразу бодрость, сила в теле ощущаются!
*Предлагаю совершить ритуал отлета: 2 хлопка, 2
хлопка по коленям, вращение руками, расставить
руки, изображаем полет.*

Ведущий: А сейчас мы прибудем с вами в город,
который обожает вся детвора, это город...
«Витаминоград». Кто же в этом городе самый
главный?

Пилюлькин: Чтобы здоровым оставаться, всем
нужно правильно питаться!
Помните, что наше здоровье зависит от
правильного питания. Еда должна быть не только
вкусной, но и полезной.
Все вы знаете о витаминах? Вот сейчас мы и

Появляется
Птица- Феникс

Появляется
Пилюлькин.



Дети отвечают на вопросы.

проверим ваши знания. **Игра «Да и нет».**

Нужно быть внимательным: если в стихотворении говорится про полезную еду, вы это подтверждаете и отвечаете на вопрос «да», если про неполезную – отвечайте «нет».

Каша – вкусная еда.

Это нам полезно?

Да!

Лук зелёный есть всегда

Вам полезно, дети?

Да!

В луже грязная вода.

Пить её полезно?

Нет!

Щи – отличная еда

Щи полезны детям?

Да!

Мухоморный суп всегда

Есть полезно?

Нет!

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно?

Да!

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки?

Нет!

Овощей растёт гряда

Овощи полезны?

Да!

Сок, компоты на обед



	<p>Пить полезно детям? Да! Съесть мешок большой конфет – Это вредно, дети? Да! Лишь полезная еда На столе у нас всегда! А раз полезная еда – Будем мы здоровы? Да! Пилюлькин: Молодцы! Справились! Чтобы вы были здоровы, угощу вас витаминами. Только вы их получите в группе, когда помоеете руки.</p>	<p>Отдает витамины воспитателю.</p>
--	---	-------------------------------------

3. Заключительная часть занятия:

Деятельность детей	Деятельность педагога	Примечание
<p>Ответы детей</p>	<p>Ведущий: Прекрасный был город, правда? Ну а нам пора возвращаться. <i>Предлагаю совершить ритуал отлета: 2 хлопка, 2 хлопка по коленям, вращение руками, расставить руки, изображаем полет.</i> Понравилось вам наше путешествие? Где вам понравилось больше? Что вы узнали, что нужно делать чтобы не болеть.</p>	