

Конспект образовательной деятельности по физическому развитию с элементами тимбилдинга с детьми старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития "Путешествие на необитаемый остров"

Задачи:

Оздоровительные:

- Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата;
- Закреплять навык правильной осанки, профилактика плоскостопия

Обучающие:

- Формирование у дошкольников физических качеств: координации движений посредством тимбилдинга во время образовательной деятельности
- Упражнять в ходьбе и беге, координируя движения рук и ног;
- Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по канату
- Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков;

Развивающие:

- Развивать физические качества: ловкость, координацию, быстроту, выносливость
- Способствовать развитию ловкости и координации движений
- Развивать координацию движений на основе уже накопленного детьми двигательного опыта, хождении по канату, подтягивании по гимнастической скамейке
- Закрепить умение ходить в колонне по одному, широким шагом, на пятках, на носках с высоким подниманием колен, боковым галопом, с одновременным подниманием рук, бега с остановкой на сигнал.
- Продолжать развивать умение действовать активно и быстро в соревнованиях со сверстниками.

Интеграция образовательных областей

Познавательное развитие:

- Обогащать представления о пользе физических упражнений для здоровья. Формировать умение ориентироваться в пространстве относительно своего тела и окружающих предметов.

Речевое развитие:

- Формировать умение использовать в речи разнообразные конструктивные способы взаимодействия с детьми и взрослыми в процессе выполнения физических упражнений, игр, соревнований: договариваться, задавать вопросы, рассказать о правилах игры.

Социально-коммуникативное развитие:

- Воспитывать умение действовать в команде, выполнять задания сообща, добиваясь достижения поставленной цели.

Материал и оборудование: письмо капитана, обезьянка, портативная колонка, гимнастическая скамейка, канат, мешочки, 2 корзинки, маски мышей, кубики, карта с заданиями, сундук, наклейки, 6 ковриков для игры «Болото».

Ход образовательной деятельности

Дети входят в зал и встают врассыпную.

Воспитатель: Ребята, сегодня на почту пришло письмо от капитана корабля Морской волк (*читает письмо*) «Дорогие ребята, корабль «Богатырь», на котором мы путешествовали по морю, был захвачен пиратами. Они привезли нас на неизвестный остров и здесь прячут свои клады и сокровища. Я оставил карту, с помощью нее вы узнаете, как добраться до сокровищ. Я верю, что вы смелые и ловкие. Капитан Морской волк.

Воспитатель: А мы с вами смелые? Полетим на необитаемый остров, где нас ждут приключения, препятствия?

Дети: Да!

1 часть разминка

Воспитатель: Занимаем свои места в самолете. Строимся за Савелием, друг за другом шагаем по залу (*под музыку*)

- Ходьба на пятках, на носках
- Ходьба с подниманием рук.

Руки в стороны поднимем и опустим руки вниз.

Укрепляем спинку, руки.

Эй, ребята, улыбнись.

- Ходьба широким шагом
- Прыжки боковым галопом
- Бег по залу друг за другом

Самолет прибавляет скорость, курс на необитаемый остров.

- бег с остановкой по сигналу
- Спокойная ходьба.

Упражнение на восстановление дыхания

Медленный вдох – через нос, руки через стороны вверх

выдох – через рот, руки через стороны вниз

Воспитатель:

На остров вышли дружно, нам теперь размяться нужно

Каждый будет очень рад найти на острове свой клад!

2 часть ОРУ без предметов (*под музыку «Спортивная аэробика»*)

1. «Плыдем по реке»

Исходное положение: основная стойка: руки согнуты к плечам

1-4 круговые движения руками вперед,

5-7 то же назад.

Повторить 6-7 раз.

2. «Есть ли кто на на острове?»

Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки согнуты за головой.

1-2 повороты в стороны

3-4 Исходное положение

Повторить 6-7 раз.

3. «Улитки»

Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки на пояс.

1-2 руки в стороны,

3-4 наклон вперед, коснуться пальцами рук пола,

5-6 выпрямиться, руки в стороны,

7-8 Исходное положение

Повторить 6 раз.

4. «Улитка выползает»

Исходное положение: основная стойка:руки на пояс.

1-2 присели, руки в стороны,

3-4 встали, и. п.

Повторить 7-8 раз.

5. «Привал»

Исходное положение: – сидя на полу, упор руками сзади, ноги прямые,

1-2 поднять левую ногу,

3-4 опустит левую ногу,

То же с правой ногой.

Повторить 7-8 раз.

6. «Прыжок обезьянки»

Исходное положение: основная стойка – ноги слегка расставлены,

Прыжки с продвижением вперед

Повторить 3-4 раза.

Упражнение 7

Восстановление дыхания «На острове поднялся ветер»

Исходное положение – основная стойка,

1-глубокий вдох через нос,

2-выдох через рот у-у-у

Общие виды движений

Игровая ситуация. Полоса препятствий

Воспитатель: ребята, а вот Обезьянка, нашла карту которая укажет путь к кладу. *(показывает изображения полосы препятствий)*. Дети рассматривают карту-схему

1. «Канатная дорога»

Выполнение: Ходьба по канату лежащему на полу, руки в стороны боковым приставным шагом *(2 раза)*

2«Переплываем речку»

Выполнение: Подтягивание по гимнастической скамейке

Выполнение: Ребенок ложится на гимнастическую скамейку, ноги вместе, одновременно двумя руками подтягивается и двигается вперед по скамье (2 раза)

3. «Соберем кокосы»

Метание мешочков с песком в корзину

4. «Пройди по болоту»

Выполнение: По команде дети кладут один коврик перед собой и встают на нее, вторую кладут вперед на такое расстояние, чтобы можно было встать на нее, достав первую доску и не ступив в «болото».

Воспитатель: Молодцы, дружно прошли все препятствия, но что это?

Посмотрите, сколько мышей развелось на острове. Давайте их поймаем! *(Воспитатель надевает детям маски мышей)*

Подвижная игра «Мышеловка»

Как нам мыши надоели, все погрызли,

Все поели, берегитесь, же плутовки, доберемся мы до вас,

Как расставим мышеловки, переловим сразу вас!

Игра малой подвижности «Змейка»

Воспитатель: Ребята, мы выполнили все задания, пора найти клад.

Превращаемся в змею, встаем друг за другом, руки кладем на плечи впереди идущего. Идем по острову прямо к кладу. Дети идут по залу, меняя направления, медленно обходя кубики, расставленные в разных местах зала.

Воспитатель: Вот и добрались до клада.

- Смотрите, какой сундук!

- Давайте, откроем и посмотрим, что в нем?

Дети открывают сундук, и находят сокровища *(наклейки)*. Воспитатель вместе с обезьянкой награждают детей.

Заключительная часть

Воспитатель: Ребята, легко ли вам было преодолевать препятствия?

- А что было самым интересным?

- Что у вас получилось лучше всего?

Сегодня вы были ловкими и быстрыми. У вас все получилось. А нам пора возвращаться домой.

Под спокойную музыку дети уходят.