

НОД по физическому развитию в средней группе

Тема: «Морское путешествие»

Приоритетное направление: познавательное развитие. физическое развитие.

Интегрируемые области: познавательное развитие, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, художественно – эстетическое развитие.

Предварительная работа:

- Разучивание физминутки;
- Чтение стихотворений и произведений о море;
- Рассматривание картин о морских профессиях;
- ННОД «Кораблик» по художественно – эстетическому воспитанию.

Цель: создание условий для развития любознательности и познавательной мотивации на занятиях по физической культуре.

Задачи:

Познавательное развитие:

- Обогащать и расширять знания детей об окружающем мире и пополнять активный словарь детей по теме «Море» (паруса, мачта, пролив, рифы, моряк, морские обитатели);
- Развивать любознательность;
- Закреплять понятия «узкий-широкий», «высокий-низкий», «вправо-влево».

Физическое развитие:

- Развивать и закреплять физические качества детей;
- Развивать дыхательную систему организма, крупную и мелкую моторику рук;
- Закреплять умение у детей соблюдать правила в подвижных играх «Поднять паруса – спустить паруса» и «Возвращаемся на корабль».

Социально-коммуникативное развитие:

- Способствовать развитию навыков свободного общения со сверстниками и педагогами;
- Побуждать ребёнка к совместной деятельности по физической культуре.

Речевое развитие:

- Формировать умение вести диалог с педагогом;
- Закреплять умение у детей воспринимать и понимать речь педагога, выполнять его словесные инструкции.

Художественно – эстетическое развитие:

- Формировать у детей интерес к эстетической стороне окружающей действительности ;
- Совершенствовать умение ритмично двигаться в соответствии с характером музыки;
- Содействовать правильному восприятию содержания стихотворения.

Оборудование: обручи разных цветов по количеству детей, игрушка кораблик, матросские галстуки по количеству детей, доска, 5 гимнастических палочек. 5 конусов, музыка, презентация.

Ход занятия.

Дети под музыку входят в зал и останавливаются у центральной стены.

Инструктор: Здравствуйте, ребята! Надеюсь, у всех вас хорошее настроение и вы готовы начать наше приключение?

Дети : Да!

Инструктор: Посмотрите, ребята, что у меня в руках?

Дети: Кораблик.

Инструктор: Правильно, кораблик. Сейчас я вам прочитаю стихотворение, а вы его внимательно послушайте. *(Читает отрывок из стихотворения Е. Хоринской «Впереди морские дали»)*

В море вышли моряки,
И отважны, и крепки,
И по морю повели
В путь далёкий корабли.

Море злится и штормит,
А корабль вперёд летит...
Мы скомандовать готовы:
— Полный ход! Отдать швартовы!

Зорко смелый капитан
Смотрит в утренний туман.

Инструктор: Понравилось вам стихотворение, ребята?

Дети: Да!

Инструктор: А вы знаете, кто такой моряк?

Дети: Да. Моряк - человек, который работает на морском транспорте.

Инструктор: Правильно .К морякам относятся капитан штурман, боцман, матрос и другие члены экипажа. Давайте и мы с вами сегодня будем моряками и отправимся на кораблях в морское путешествие!

Дети надевают матросские галстуки.

Инструктор по ФК: Корабли начинают плыть, когда ветер надувает их паруса. Чтобы наши корабли быстро плыли, им нужен попутный ветер. Давайте подуем в паруса, чтобы скорее отправиться в путь.

Дети выполняют дыхательную гимнастику «Надуваем паруса»: Инструктор проносит игрушечный кораблик, а ребята делают вдох как можно глубже, и дуют на паруса, чтобы они колыхались.

Инструктор по ФК: Парус, ребята, крепится к мачте корабля. Посмотрите, какие у корабля мачты. Они тянутся высоко вверх. Значит, какие мачты – высокие или низкие?

Дети: Высокие.

Инструктор по ФК: Давайте мы с вами покажем, какие высокие мачты у корабля.

Дети тянут руки вверх, встают на носочки

Инструктор по ФК: Когда ветер бывает слишком сильным во время шторма или бури, паруса лучше опустить, чтобы корабль не перевернулся. А после того как ветер затихает, паруса поднимаются вновь. Давайте с вами потренируемся это делать, прежде чем плыть!

По команде «Поднять паруса!» дети поднимают руки вверх, вставая на носочки. После команды «Спустить паруса!» дети приседают . Упражнение проводится 3-4 раза.

Игровой комплекс «К морю».

Инструктор по ФК. Сегодня мы отправляемся с вами к морю! Море – это огромное количество воды (кругом - вода).

Давайте посмотрим влево – вправо, там и там берега не видно.	Напряжённно всматриваемся
Вот какое огромное море!	Рисуем большой круг руками
На море часто бывает ветерок. Как ветер дует?	Машем руками в лицо легко, сильнее
А на море от ветра бывают волны. Покажем руками, какие волны.	Руками изображают волны больше, больше
Теперь ветер дует сильнее...и волны сильнее. Ветер сильный - и волны большие.	Плавно – махи руками вперёд- назад.
Волны то нахлынут на берег, то отойдут обратно.	Добавляем выпады ногой
Смотрите, в море - дельфины! Как здорово они ныряют! Покажите: сложим ладони перед собой и будем изображать дельфинов! А под водой они плавают очень быстро! Покажите!	Руки вытянуть вперёд, наклоны с приседаниями
Дельфины и нас зовут в воду. Давайте помочим ноги в воде! Забежим в море и отбежим от волны назад.	Бег вперёд- назад
А теперь искупнёмся! Вода прохладная! Чтобы постепенно привыкнуть, сначала наклонимся, побрызгаем себе на ножки, на ручки, теперь друг на друга.	Наклоны
Ух! Холодно!	Съёжились
Присядем в воду, встанем. Привыкли к воде?	Приседания
Тогда давайте плавать! Ложимся и плывём. Голову держим над водой высоко, чтобы вода не попала в рот, работаем сначала ногами, руками, теперь вместе ногами и руками!	Лёжа на животе, имитируя плавание (2-3 раза с расслаблением)
Устали! Перевернёмся на спинку, полежим. Руки и ноги - в стороны, расслабились.	Расслабление
Вы лежите на воде, но она вас крепко держит, не бойтесь. Волны вас мягко качают, как будто убаюкивают.	Звучит музыка, отдыхаем
Ну что, накупались? Бежим на берег! Там тепло, сухо. Стряхнём водичку с волос, с рук, с ног.	Резко крутим головой, потрясли руками, ногами

Давайте погреемся на солнышке, обсохнем. Поднимем руки, расставим в стороны, поднимем голову – пусть солнышко нас «поласкает».	Руки – кверху, выпрямились
Поможем друг другу согреться. Встанем паровозиком и разотрем друг друга!	Растираем спинку и руки впереди стоящему
А теперь можно поиграть и в мяч: как будто мы подбрасываем его вверх и ловим; а теперь в парах покидайте друг другу мяч.	Имитация игры в мяч
Давайте прогуляемся по берегу и поищем ракушек.	Спокойная ходьба.
Смотрите! Какая большая раковина, послушайте, как в ней шумит волна. Что ж, пора возвращаться.	«Неожиданная находка»

Инструктор по ФК: Теперь мы готовы отправиться в путешествие_и у каждого будет свой корабль! Выбирайте любой. (*Раздает обручи разных цветов*). Это будут ваши корабли, посмотрите, внимательно, какого они цвета.

Дети: Называют цвета своих «кораблей».

Инструктор по ФК: А теперь мы поплывем на своих кораблях далеко – далеко.

Дети пролезают в него и удерживают его руками в области талии и бегут по кругу друг за другом.

Инструктор по ФК: Вот и остановка! *Слайд (на берегу моря)*. Пойдемте гулять, только запомните каждый свой кораблик, а для этого посмотрите на них очень внимательно.

Дети и опускают обручи на пол, выходят из них и свободно бегают по залу. В этот момент можно поменять обручи местами. По сигналу взрослого «Возвращаемся на корабль!» все берут свои «кораблики». Игра повторяется 3 раза.

Инструктор по ФК: Молодцы, ребята! Теперь плывем дальше!

Дети выполняют бег по кругу.

Инструктор по ФК: Ребята, теперь мы проплывем через узкий пролив. (*Показывает слайд, на которой нарисован пролив.*) Посмотрите, он узкий. Поэтому и мы будем плыть осторожно. Посмотрите вот и у нас пролив очень узкий.

Ходьба по доске, положенной на пол. Игра проводится 2-3 раза.

Инструктор : Вот мы приплыли на необитаемый остров. Здесь высокие заросли. (Показывает слайд, на которой представлены заросли травы). Давайте выйдем корабля и будем пробираться через них!

Перешагивание через предметы (бруски) Повторить 2-3 раза.

Появляется Чунга-чанга.

Чунга-чанга: Кто это расшумелся на моем острове?

Инструктор по ФК: Здравствуйте! А вы кто?

Чунга-чанга: Привет! Я Чунга-чанга, хозяйка этого острова. Я здесь живу, и никого сюда больше не пущу!

Инструктор по ФК: Ты живешь здесь одна. А тебе не страшно и не скучно?

Чунга-чанга: А когда скучать то? Знаете сколько у меня дел? Добыть себе пищу, спрятаться на острове или убежать от хищников, да еще повидать своих друзей-зверей!

Инструктор по ФК: Как бы мы хотели побывать у тебя, погостить! Можешь научишь нас всему тому, что сама умеешь?

Чунга-чанга: Ладно, тогда для этого вы должны превратиться в маленьких чунга-чанг! Я больше всего на свете люблю танцевать!

Инструктор по ФК: И мы тоже.

Танец “Чунга-чанга” (под музыку “Чунга-чанга”)

Инструктор по ФК: Как здорово! А это полезно для здоровья?

Чунга-чанга: Конечно! При танце развиваются мышцы рук, ног, туловища. А главное дыхательная система.

Чунга-чанга: Ой, как я ус тала после танца.

Инструктор по ФК: Конечно, наши мышцы устали, они стали вялыми. И нам тяжело дышать, трудно бегать, прыгать, нужно восстановить дыхание, нужен отдых нашему сердцу. А хочешь мы тебя научим правильно отдыхать?

Чунга-чанга: Конечно.

Инструктор по ФК: Тогда , все садимся на песок и представим , что мы оказались на морском дне и познакомимся с его обитателями . Включается релаксация

Релаксация На морском берегу.

Дети по указанию взрослого подходят к экрану, расслаживаются на полу и смотрят релаксацию - «Звуки природы. Море».

Чунга – чанга. Спасибо. Ребята! Побегу расскажу всем своим друзьям, как полезно заниматься спортом и уметь отдыхать.

Чунга – чанга прощается и уходит

Инструктор по ФК: А мы, ребята, снова садимся в свои кораблики и плывем к родному дому! Интересно, чей же кораблик быстрее приплывет? Посмотрите, какие красивые рифы! (Слайд)

Проводится игра «Обойди риф. По команде инструктора «змейкой» обегает рифы, стараясь не задеть препятствия и преодолеть их все как можно быстрее. Повторить 2-3 раза.

Воспитатель: Замечательно мы с вами путешествовали! Вот мы и дома. А кто скажет мне, что вам понравилось сегодня в нашем путешествии? А что нового вы узнали? Кому вы хотите рассказать о нашем путешествии? Молодцы! А теперь давайте под весёлую музыку вернёмся в нашу группу.

Звучит песня «Вместе весело шагать», под которую дети выходят из зала