

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Умка»
Белгородская область, г. Новый Оскол

«Спортивное путешествие с Бабой Ягой»

(ООД)

Программное обеспечение:

Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой и др.- М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2017. -352 с.

Цель: укрепление здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни.

Возраст детей: 6-7 лет

Задачи:

Образовательные:

- формировать первичные представления у детей о гимнастическом мяче- фитболе;
- научить детей правильной посадке на фитболе

Развивающие:

- развивать ловкость, внимание, координационные способности;
- формировать навык в прыжках на двух ногах, в ходьбе по гимнастической скамейке, ползании.

Оздоровительные:

- способствовать укреплению физического и психического здоровья;
- укреплять опорно- двигательный аппарат;
- формировать положительный эмоциональный тонус в процессе предложенных игр, как наиболее важной предпосылки здоровья.

Воспитательные:

- вызвать у детей интерес к футболу как гимнастическому мячу;
- воспитывать целеустремлённость, уверенность;
- воспитывать чувство дружбы и взаимопомощи.

Воспитывать дружеские взаимоотношения, интерес и любовь к спорту.

Методы: словесный, наглядный, практический, игровой, слуховой.

Интеграция образовательных областей: игровая, двигательная, коммуникативная, художественно- эстетическая.

Приёмы: погружение в игровую ситуацию, беседа, показ, художественное слово, подвижные и малоподвижные игры.

Формы и виды детской деятельности: самостоятельная деятельность, физические упражнения, подвижная игра, разнообразная двигательная деятельность.

Здоровьесберегающие технологии: самомассаж, подвижная игра, ОРУ (общеразвивающие упражнения), дыхательная гимнастика, корригирующая гимнастика, релаксация.

<p>5. И.П.: стоя, ноги вместе, мяч в обеих опущенных руках внизу: 1- присед, вытянув руки вперёд с мячом; 2-И.П.; 3-4- тоже;</p>		Спина прямая
<p>6. И.П.: сидя, мяч ноги вместе, упор рук о мяч сзади 1- ноги согнув в коленях к себе 2-И.П.; 3-4- тоже;</p>	8 раз	Правильно дышать
<p>7. И.П.: стоя, мяч в руках, прыжки вправо – влево, вперёд- назад</p>	8 раз	
<p>Дыхательное упражнение «Дышим!»</p>		
<p>Баба Яга: Что ж, ребята, тренировку провели вы очень ловко!</p>	10 сек.	
<p>Повернулись все кругом, в колонну по одному идём.</p>		
<p>Дети перестраиваются в колонну по одному, мячи убирают в корзину.</p>	2 раза	
<p>Баба Яга: Ребята, смотрю я на вас - вы такие смелые, сильные, дружные! Я ведь неспроста к вам в детский сад на метле прилетела. Помощи у вас прошу. Есть у меня мяч любимый гимнастический, фитбол называется, вот он – то и потерялся. Нужно полосу препятствий пройти, чтобы Фитбол найти.</p>		
<p>Дети под музыку проходят полосу препятствий.</p>		
<p>По скамейке переступая через мешочки, руки на поясе, пролезают под дугой, прыгают в обручи.</p>		
<p>Друг за другом мы встаём и ещё один раз идём.</p>		
<p>Баба Яга: Вот и пришли, посмотрите на экран- мяч мой прикатился? Вот как только отгадаете, так и найдёте мяч.</p> <p>- Как называется этот мяч? (баскетбольный)</p> <p>- А как называется этот мяч? (волейбольный)</p> <p>- А это, что за мяч? Это фитбол, он нужен, для того, чтобы заниматься гимнастикой, делать массаж, играть в разные игры. Он укрепляет мышцы спины, живота,</p>	2 раза	Соблюдение координации и дистанции при прохождении полосы препятствий, страховка детей, обращать внимание на осанку и правильность выполнения упр. Введение понятий фитбол, фитбол -гимнастика, опираясь на знания детей.
<p>Баба Яга: Вот и пришли, посмотрите на экран- мяч мой прикатился? Вот как только отгадаете, так и найдёте мяч.</p> <p>- Как называется этот мяч? (баскетбольный)</p> <p>- А как называется этот мяч? (волейбольный)</p> <p>- А это, что за мяч? Это фитбол, он нужен, для того, чтобы заниматься гимнастикой, делать массаж, играть в разные игры. Он укрепляет мышцы спины, живота,</p>	2 раза	Показ посадки Индивидуальная работа

<p>бёдер, вы всегда будете крепкими и красивыми.</p> <p>Нашли мячи на весенней полянке. Выбрали по цвету.</p> <p>Обучение посадке на фитболе:</p> <p>А сейчас предлагаю посидеть на фитболе</p> <p>Ноги на ширине плеч, стопа стоит на полу по всей плоскости; руки держаться за ручки, спина прямая (покачались, вправо, влево, попрыгать)</p> <p>Подвижная игра «Быстрые и ловкие»</p> <p>Звучит музыка дети бегают вокруг мячей, по спортивному залу, музыка смолкает, занимают место на фитболе,</p> <p>усложнение игры, убирать один мяч (учитывая индивидуальные особенности детей)</p> <p>Дыхательное упражнение «Дышим!»</p>	<p>1 -2 мин.</p> <p>2 -3 раза</p> <p>2 раза</p>	<p>Соблюдать правила игры</p>
<p><u>Заключительная часть</u></p> <p>Баба Яга: Ребята, вам понравилось играть с фитболами?</p> <p>Баба Яга: Спасибо. Пора возвращаться вам домой!</p> <p>Полетели со мной, улетают с Бабой Ягой игру (игра малой подвижности) «Хочешь быть моим хвостом...»</p> <p>(Баба Яга поёт –«Я Яга, Яга, Яга, я лечу, лечу, лечу, хочешь быть моим хвостом?»</p>	<p>30 сек</p>	<p>Обратить внимание на сочетание слов и действий</p>

<p>(обращаясь к ребёнку), Дети: «Да, конечно же хочу!», берёт одного за руку и «Летит» с ним., игра продолжается, пока все дети улетают с Бабой Ягой. Инструктор: Вот Вы и вернулись в детский сад. Я дарю Вам футбол, вы выучите с ни новые упражнения. Дети уходят из зала.</p>	<p>2 мин</p> <p>30 сек</p>	<p>в игре, отметить лучших.</p>
--	----------------------------	--------------------------------------

Библиография:

1. Малёхина Н.А., Колмыкова Л.А. Н нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2012. -112 с.

1. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно- методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры/ автор- составитель О. М. Литвинова. - Волгоград: Учитель, 2007. -238с.

2. Физическое развитие детей 2-7 лет: развёрнутое перспективное планирование по программе «Детство»/ авт.- сост. И.М. Сучкова, Е. А. Мартынова, Н. А. Давыдова. - Волгоград: Учитель, 2012. - 189с.

3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования- М.: ТЦ Сфера, 2015. -96 с.