**Конспект образовательной деятельности по физической культуре**

**с использованием элементов фитбол - гимнастики.**

**Тема: «Тренировка для Совуньи»**

**Возраст: старшая группа**

**Задачи:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды задач | Интеграция образовательных областей | Предпосылки УУД |
| 1. Обучающие1.1 Обучать детей двигательным действиям с фитбол-мячом;1.2 Формировать навыки безопасного поведения и самостраховки на фитбол — мяче; | познавательное развитие  |  |
| 2. Развивающие2.1. Развивать основные физические качества: выносливость, ловкость, быстроту;2.2. Развивать координацию движений, функцию вестибулярной устойчивости;2.3 Развивать зрительные функции (прослеживающая функция глаз, глазомер). | физическая культура | Регулятивные (саморегуляция) |
| 3. Воспитательные3.1 Воспитывать позитивные качества характера (находчивость, взаимопомощь, смелость, умение сопереживать, умение работать в коллективе, сила воли, целеустремленность).3.2. Способствовать формированию потребности в двигательной активности. | социально-коммуникативное развитие | Регулятивные (саморегуляция)Коммуникативные (продуктивное взаимодействие)Личностные (нравственно-этическая ориентация) |
| 4. Коррекционные4.1 Тренировать мышцы стопы ( профилактика плоскостопия);4.2. Тренировать глазные мышцы. | коррекционная работа  | Регулятивные (саморегуляция) |

**Оборудование и материалы к НОД:** фитболы на каждого ребенка, клубок, сундучок, раскраски, скамья, бейджики, канат,массажная дорожка и кочки, музыкальное сопровождение.

**Ход НОД:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы НОД** | **Продолжительность** | **Задачи** | **Методы, приемы, формы** | **Ход** | **Анализ НОД** |
| 1.Организационный этап (подготовка к НОД) | 1 мин.3 мин. | 2.3 | -словесный метод (беседа)-наглядный метод (презентация)Видео обращение | Под музыку дети входят в зал. *И встают полукругом.**-* Здравствуйте, ребята. Поздоровайтесь с нашими гостями. Вы любите играть? Я пришла к вам, чтобы поиграть. У меня есть волшебный клубочек он поможет нам познакомиться и подружиться. **Игра** «Знакомство» и « Я люблю...»  |  |
| 2. Мотивационный (обеспечение мотивации и принятие детьми цели деятельности, введение в игровую ситуацию) | 2 мин. |  | А я люблю смотреть мультики. Ребята, а вы хотите отправится со мной в гости в мой любимый мультфильм.-Ребята, вы узнали, что это за мультфильм?- Ой, кто это?- Совунья, здравствуй. А что ты такая грустная, что случилось?(Как же мне не грустить? Вы знаете, что я раньше была учителем физкультуры. А сейчас я -врач всех смешариков. Я очень люблю вести здоровый образ жизни. Я всем стараюсь помогать, но со мной приключилась беда. У меня ни чего не получается. В своем домике я нашла вот этот предмет, но я забыла как он называется и что с ним нужно делать...ну как же мне не грустить?) |
| 3.Этап создания проблемной ситуации (актуализации знаний) |  | 1 мин. | 3.1 | -словесный метод (беседа, проблемный вопрос) | -Ребята, что же делать? Так жалко Совунью...Что делать?(Как можно ей помочь ?)Давайте мы покажем как нужно выполнять упражнения с мячом, но для начала нам нужно выполнить разминку. Внимательно слушайте и повторяйте за мной движения! Направо! По периметру зала шагом марш!  |  |
| 4.Этап решения проблемной ситуации. | 2 мин.4 мин. | 1.12.12.32.13.21.11.22.12.23.13.24.22.3 | Практический метод(упражнение, показ)Словесный метод (объяснение)Практический метод(упражнение, показ)Практический метод(упражнение, показ)-словесный метод (инструкция) | **Ходьба с мячом-фитболом**-гимнастическим шагом;- на носках м. вверх;-приставным шагом на пятках м. за головой;-на внешней стороне стоп м. опущен вниз;-высоко поднимая колени, м. перед собой;Положить мячи в центр зала. Встать в круг.**Бег**Комплекс « Красная шапочка»:1 куплет : бег подскоками,-упр.по моему показу,2 куплет : бег приставным шагом лицом в круг, лицом из круга, (по 2)-упр. по моему показу.3 куплет : бег с захлестыванием голени-Ребята, ну вот мы и подготовились к выполнению упражнений. Берите мячи. А ты, Совунья, смотри и вспоминай.**ОРУ**На фитбол – мячах :Сидя на мяче повороты головы влево, вправо.Кисти на пллечах, на 1 соединить логтиножницымельница- танец « Вуги – вуги»,-упр. «Повороты» (мяч влево,вправо, противоположная нога на носок);-упр. «Приседания» (1-присели, мяч вперед, на 2 вернулись в и.п.);-упр. « Прокати мяч» (ноги широко, прокатываем мяч от левой стопы к правой);-упр. « Потянулись» (прокатываем мяч вперед, тянемся за ним, колени прямые);-упр. « Лягушки»-упр. «Горка»-упр. «Мостик»Ребята, а сейчас наши глазки немного отдохнут. Внимательно следим за движущимся предметом.***Гимнастика для глаз***Дети убирают мячи на ковер, идут друг за другом, образуя круг: |  |
| 5.Этап закрепления знания в играх  | 9 мин. | 4.12.12.2 | Практический метод(упражнение, показ)-словесный метод (инструкция, показ, объяснение)Практический метод(игра) | **ОВД**-Змея-Ходьба по канату приставным шагом -Ходьба по массажным дорожкам-Ходьба с карандашом.В центре зала подготовлен инвентарь для массажа стоп.Дети берут мячи.**МРТ** «Хлоп»**ПИ** «Эй, ловишка, выходи!»Дети садятся по кругу обнимая мяч.(Релаксация) |  |
| 6. Рефлексивный этап (подведения итогов НОД, самооценка детей). | 2 мин.1 мин. | 3.1 | -словесный метод (инструкция, объяснение)-словесный метод (беседа)Словесный метод(беседа, проблемный вопрос)Наглядный метод(видео обращение) | *-Реснички опускаются - глазки закрываются.**Мы спокойно отдыхаем - сном волшебным засыпаем.**Дышится легко, ровно, глубоко.**Мы спокойно отдыхаем - сном волшебным засыпаем.**Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать* Дети садятся на мяч (анализ занятия).Ребята, как настроение? Вот и здорово. А через какие упражнения, назовите их? Для чего их необходимо выполнять человеку? Укажите свои ошибки в выполнении упражнений? Что понравилось? А что было сложно? Как вы думаете, удалось нам помочь Совунье? Давайте спросим у нее.+ Ребята, спасибо вам! Вы мне очень помогли. Я все вспомнила и даже научилась выполнять много новых упражнений. В благодарность я хочу вас наградить. Раньше я умела заниматься волшебством. Сейчас я вспомню...Закройте все глаза и не подглядывайте, а волшебный клубочек поможет нам. Раз, два, три...открывайте глаза! Конец клубочка уходит в сундучок, где лежат раскраски. Физ. рук: Занятие окончено, до свидания! |  |