**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. Обучающие  1.1 Обучать детей двигательным действиям с фитбол-мячом;  1.2 Формировать навыки безопасного поведения и самостраховки на фитбол — мяче; | познавательное развитие |  |
| 2. Развивающие  2.1. 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. Воспитательные  3.1 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. Коррекционные  4.1 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. | | 1.1  2.1  2.3  2.1  3.2  1.1  1.2  2.1  2.2  3.1  3.2  4.2  2.3 | | 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 логти  ножницы  мельница  - 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. | | 4.1  2.1  2.2 | | 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! |  |