

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 12 «Аленушка» г. Сальска

КОНСПЕКТ
организованной образовательной деятельности
по физическому развитию
в группе комбинированной направленности (6-7) лет
«Волшебный обруч»

Разработал:
Инструктор по физической культуре
Егорова Н.В.

2020г.

Тема: «Волшебный обруч».

Цель: обогащать двигательный опыт детей посредством подвижных игр с правилами.

Задачи:

Обучающие:

1. Учить сохранять равновесие и удерживать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий с обручем.
2. Совершенствовать технику основных видов движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
3. Продолжать упражнять в пролезании в обруч правым и левым боком, стараясь не задеть верхний край обода.
4. Учить детей играть в соответствии с правилами игры, справедливо оценивать результаты игры.

Оздоровительные:

1. Способствовать формированию правильной осанки с помощью общеразвивающих упражнений с обручем.
2. Формировать умение использовать специальные физические упражнения на свежем воздухе для укрепления всех органов и систем.

Развивающие:

1. Развивать физические качества детей: силу, быстроту, выносливость в подвижных играх с правилами.

Воспитательные:

1. Воспитывать доброжелательность, готовность выручить сверстника, умение считаться с интересами и мнением товарищей в игре. Справедливо решать споры.
2. Формировать отношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи.
3. Воспитывать выдержку, решительность, смелость, инициативность, самостоятельность.

Методы и приемы:

- игровой метод: создание игровой мотивации, прием сюрпризности;
- словесный: напоминание, объяснение, художественное слово, команды, замечания, указания.

Оборудование: кувшин, обруч –«волшебный» для инструктора по физической культуре, гимнастические обручи среднего размера по количеству детей, гимнастические скамейки 2шт, обручи плоскостные 16шт, обручи большого диаметра для лазания 4шт, мячи маленького диаметра по количеству детей, конусы- цветные ориентиры.

Ход ООД:

Инструктор по физической культуре: В одну шеренгу становись!
Здравствуйтесь ребята!

Дети: Здравствуйте!

Инструктор по физической культуре: Ребята, что это за волшебный сосуд?

Дети: Это волшебный кувшин Джина.

Инструктор по физической культуре: Я подойду и потру кувшин.

(Из кувшина появляется Джин с обручем в руках)

Джин: Здравствуйте мои лучезарные друзья. Куда это я попал?

Инструктор по физической культуре: Здравствуй, Джин.

Дети: Ты очутился в детском саду «Аленушка» города Сальска на спортивной площадке.

Джин: А что за бублик у меня в руках?

Дети: Это обруч.

Джин: А что можно делать с этим бубликом-обручем? Грызть его?

Дети: Крутить на талии, на руке, на ноге, бегать, прыгать с ним.

Инструктор по физической культуре: О, почтеннейший Джин, оставайся у нас. Мы покажем и научим тебя пользоваться этим волшебным обручем. Для этого нам необходимо отправиться в страну «Волшебных обручей».

Джин: С превеликим удовольствием, о, мои спортивные друзья!

Инструктор по физической культуре: Но прежде, чем отправиться в путь, я предлагаю вам поиграть в подвижную игру «Найди свое место в шеренге».

Объясняя вам правила игры: по сигналу вы ходите по всей площадке, на слова «Найди своё место», вам будет необходимо подбежать и встать на своё место в шеренге.

Содержание	Дозировка	Способ организации
І. Вводная часть. Инструктор по физической культуре: В далекой, сказочной стране Где можно быть тебе и мне, Есть обручи спортивные. На вид они обычные, Но ты внимательно взгляни, Волшебство творят они, Все чудеса на свете Зависят лишь от нас. Волшебниками спорта Вас сделаю сейчас. Инструктор по физической культуре:		

<p>Направо! В волшебную страну шагом марш!</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному;</p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>Ты шагай, шагай, руки дружно поднимай.</i></p> <p>2. Ходьба с различным положением рук по сигналу с сохранением дистанции между детьми. (Руки за голову, руки вверх, руки в стороны, руки на пояс)</p> <p>3. Бег в колонне по одному в умеренно темпе, переход на ходьбу.</p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>Мы шагали, мы шагали! В страну волшебную попали.</i></p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>За первым направляющим (называется имя ребенка) в колонну к цветовому ориентиру становись. За вторым направляющим (имя ребенка) к цветовому ориентиру в колонну становись!</i></p> <p>Перестроение в две колонны за двумя направляющими.</p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>С бегом будет веселее, с бегом будет нам теплее.</i></p> <p><u>Игра с обручами «Быстрее возьми».</u> <i>Объясняю вам правила: напротив каждой колонны стоят стойки с обручами. Игрокам необходимо добежать до стойки, взять обруч в руки, вернуться и встать в конце колонны. Чья колонна быстрее возьмет обручи и построится, считается победившей.</i></p> <p>И.Ф.: <i>На вытянутые руки в две шеренги разойдись.</i></p>	<p>1 круг</p> <p>½ круга ½ круга ½ круга ½ круга</p> <p>2 круга</p>	<p>Поточно</p>
<p>II часть.</p> <p>Джин: О, мои спортивные друзья, разрешите мне выполнять упражнения с обручем вместе с вами.</p> <p><u>Общеразвивающие упражнения с обручем.</u></p> <p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i> <i>В маленький волчок</i> <i>Быстрее превратись!</i></p> <p>«Волчок»</p>	<p>6-8 раз</p>	<p>Фронтально</p>

<p>1. И.п.- основная стойка, обруч в правой руке вертикально на полу перед собой, хватом сверху. 1-2 энергичным скручиваем кисти руки обручу придается вращательное движение.</p> <p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i> <i>В маленькое зеркальце</i> <i>Скорее превратись!</i></p> <p>«Зеркальце»</p>	6-8 раз	
<p>2. И.п.- основная стойка, обруч вертикально, хват с боков. 1-2, обруч поднять вверх, голову поднять вверх; 3-4-вернуться в исходное положение.</p> <p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i> <i>В крышу дома</i> <i>Быстрее превратись!</i></p> <p>«Крыша»</p>		6-8 раз
<p>3. И.п.- стойка на ширине плеч, обруч горизонтально над головой. 1-2 обруч опустить вниз, выполнить пружинку вправо; 3-4– тоже влево.</p> <p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i> <i>Салютом ярким</i> <i>Скорее обернись!</i></p> <p>«Салют»</p>	6-8 раз	
<p>4. И.п.- основная стойка, обруч горизонтально над головой, хват с боков. 1-2- обруч часто наклонять вперед-назад, держа над головой; 3-4-выпад правой ногой в сторону, перекаты с ноги на ногу вправо-влево, одновременно обруч часто наклонять вперед-назад.</p> <p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i> <i>В бабочку прекрасную</i> <i>Скорее превратись!</i></p> <p>«Бабочка»</p>	6-8 раз	
<p>5. И.п.- основная стойка, обруч вертикально на шее, хват с боков. 1- 2- наклоны туловища вправо-влево; 3-4 – повороты туловища вправо-влево.</p> <p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i></p>		

<p><i>В башмачок на ножке Скорее превратись!</i></p> <p>«Башмачок»</p> <p>6. И.п. –основная стойка, обруч вертикально на полу в правой руке хватом сверху, левая рука за спиной . 1- выпад правой ногой вперед, дотрагиваемся пола носком и пяткой поочередно; 2- исходное положение; 3-4- тоже.</p>	6-8 раз	
<p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i> <i>В юбочку нарядную</i> <i>Скорее превратись!</i></p> <p>«Юбочка»</p> <p>7. И.п.- основная стойка, обруч в правой руке. Передача обруча в левую руку перед собой, за спиной передача обруча в правую руку.</p>	6-8 раз	
<p>И.Ф.: <i>Раз-два-три!</i> <i>Обруч, повернись!</i> <i>В ловкого прыгунчика</i> <i>Скорее превратись!</i></p> <p>«Попрыгунчики»</p> <p>8. И.п.-стойка ноги слегка расставлены, обруч в правой руке вертикально, левая рука вдоль туловища. 1-4- прыжки в обруч и из обруча.</p>	6-8 раз	
<p>«Ветерок на ладошке»</p> <p>И.п. –основная стойка, глубокий вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох. Улетел ветерок.</p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>Налево! Первая колонна за направляющим относят обручи. Вторая колонна за направляющим относят обручи. Вперед шагом марш. Обе колонны строятся у цветковых ориентиров.</i> (Перестроение из двух шеренг в две колонны. Обруч несут на правом плече, складывают их на стойку).</p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>Дорогой Джин, ты столько лет провел в своем кувшине. Наверно, забыл, что нужно делать, чтобы быть быстрым, ловким, сильным?</i> Джин: О, тысячу лет я был в заточении. Позабыл, вы мне покажите, о, спортивные мои друзья</p>		

<p>Инструктор по физической культуре: <i>Ребята, покажем Джину упражнения?</i> Ответ детей: «Да».</p> <p>Инструктор по физической культуре: <i>Дорогой Джин, помоги нам, пожалуйста, поставить оборудование.</i></p> <p>Джин: С превеликим удовольствием.</p> <p><u>Основные виды движений.</u> <i>«Вот какие мы смелые» (показ ребёнка).</i></p> <p>1. Равновесие –упражнение на умение сохранять равновесие и удерживать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Задание: дойдя до середины скамейки, встать в обруч двумя ногами, поднять обруч высоко над головой, положить обруч, продолжить ходьбу по скамейке. Спуститься со скамейки, делая шаг вниз.</p> <p><i>«Вот какие мы ловкие»</i></p> <p>2. Лазанье в обруч правым и левым боком, стараясь не задеть верхний край обода. Нужно хорошо сгруппироваться в «комочек». Руки на коленях.</p> <p><i>«Вот какие мы быстрые»</i></p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4м), энергично отталкиваясь ногами.</p> <p>По 8шт плоских обручей расположены на расстоянии друг от друга 5см.</p> <p><u>Игра « Бег между обручами с «волшебной палочкой».</u></p> <p>Инструктор по физической культуре: Ребята! Эта игра вам знакома. Напомните пожалуйста, правила этой игры. <i>(Ребёнок напоминает правила игры: По команде первый участник бежит с волшебной палочкой в руках между обручами, оббегая финишный конус. Бежит обратно, передает палочку следующему участнику и становится в конец колонны).</i></p> <p>Инструктор по физической культуре: Какие же вы быстрые. Дорогой Джин, ты же великий волшебник, покажи нам свое волшебство.</p>	<p>2 раза</p> <p>2 раза</p> <p>2 раза</p>	<p>Поточный друг за другом двумя колоннами. (При выполнении воспитатель осуществляет страховку)</p> <p>Поточный друг за другом двумя колоннами. (по 2 обруча держат инструктор и воспитатель)</p> <p>Поточным способом двумя колоннами; уделить внимание энергичному отталкиванию и приземлению на полусогнутые ноги.</p>
---	---	---

<p>Джин: Раз-два-три! Обруч, повернись! В сачок для ловли бабочек Скорее превратись.</p> <p><u>Подвижная игра «Ловля бабочек»</u> (Инструктор объясняет правила игры): Считалочкой назначается водящий – «ловец бабочек» с «сачком» (обручем в руках). Ребенок: Как-то раз у нас в саду Мы поймали стрекозу, Мы поймали, отпустили, А водить тебя просили!</p> <p>Остальные дети по всей площадке- бегают, кружатся, а водящий старается поймать- накинуть обруч сверху. Когда поймано 2-3 ребенка, назначается новый водящий.</p> <p>Инструктор по физической культуре: И с этой игрой вы блестяще справились. Ребята, вы устали или нет? (Ответы детей).</p> <p>Инструктор по физической культуре: Нам пора передохнуть, Потянуться и вздохнуть. Вот наклоны головой И усталость вся долой. (Дети хором произносят слова и выполняют движения по тексту).</p> <p>Инструктор по физической культуре: А сейчас возьмемся за руки и станем в круг.</p>	<p>2-3 раза</p>	
<p>III часть</p> <p><u>Малоподвижная игра «Быстро возьми»</u> Инструктор по физической культуре: А сейчас наша любимая игра «Быстро возьми». Игроки становятся в круг. В кругу лежат мячи аленького диаметра, на один меньше, чем игроков. Выполняют ходьбу под бубен. По сигналу: «Быстро возьми»- каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел схватить мяч, считается проигравшим и выходит из игры.</p> <p><u>Рефлексия.</u></p> <p>Инструктор по физической культуре: Ребята, перед вами два обруча, синий и</p>		

зеленый. Если вам было трудно выполнять какое-то задание, положите свой шарик в синий обруч. А если вам понравилось заниматься, то положите свой шар в зеленый обруч.

(Оценка деятельности детей.)

Инструктор по физической культуре:

В одну шеренгу становись. Я вижу, что вам понравилось, было интересно сегодня. Кому-то было сложно. Какое упражнение оказалось трудным? Мы обязательно потренируемся и справимся с этим упражнением.

Инструктор по физической культуре:

О, достопочтеннейший Джин, теперь ты понял, что можно делать с этим волшебным «бубликом»?

Джин: *Да, мои юные друзья. Я понял, что это не бублик, а обруч. А самое главное, вы напомнили мне, что необходимо заниматься физкультурой, чтобы быть ловким, быстрым, здоровым.*

Инструктор по физической культуре: *За направляющим в детский сад возвращаемся, шагом марш.*

(Дети покидают площадку).