

Министерство образования и науки Мурманской области
Мурманская областная организация Профсоюза работников народного
образования и науки РФ
Государственное автономное учреждение дополнительного профессионального
образования Мурманской области «Институт развития образования»

«Педагогическая находка»

**Методическая разработка образовательной деятельности с
воспитанниками**

Конспект интегрированной деятельности
с детьми старшего дошкольного возраста

«С зимним спортом все мы дружим»

(образовательные области «Физическое развитие», «Познавательное развитие»,
«Художественно-эстетическое развитие»)

инструктор
по физической культуре
МБДОУ г. Мурманска № 101
Семакова Ольга Владимировна

г. Мурманск
2018 год

Цель: развитие интереса к зимним видам спорта, физической культуре, овладение элементами спортивных игр.

Задачи:

Оздоровительные:

- Создавать условия для укрепления здоровья, всестороннего физического совершенствования функций организма.

Образовательные:

- Расширить знания детей об Олимпийских играх, зимних видах спорта, значении Олимпийских игр для человека.

Воспитательные:

- Способствовать формированию у детей интереса и любви к спорту, умения согласованно действовать в коллективе, чувства уверенности в собственные силы, решительности, настойчивости, выдержки.
- Воспитывать у детей желание вести здоровый образ жизни, стремление участвовать в играх-эстафетах.

Развивающие:

- Продолжать формировать у детей двигательные навыки и умения;
- Закреплять навыки различных видов ходьбы: ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колена (бедро), широким шагом, беге враспынную;
- Упражнять в прыжках на двух ногах, с продвижением вперед, ходьбе на лыжах скользящим шагом, прокатывании шайбы клюшкой в заданном направлении, закатывании ее в ворота;
- Развивать быстроту двигательной реакции.

Материалы и оборудование: олимпийский флаг, наглядные пособия (фотографии спортсменов на соревнованиях – биатлониста, бобслеистов, хоккеиста, картинки спортсменов – лыжника, фигуриста, хоккеиста), телеграмма, лыжи по количеству детей, 2 винтовки, 2 конуса, 2 мишени, 2 надувных круга, шайбы по количеству детей, 2 клюшки, 2 ворот, емкость для шайб, медали по количеству детей, подборка музыкального сопровождения.

Разметка пола: снежинки для зарядки, линия старта для двух команд, линия стрельбы для биатлона совпадает с линией броска шайбы в ворота.

Предварительная работа: Педагогу необходимо заранее поделить детей на две команды: «Пингвинята» и «Снеговики».

Ход совместной деятельности с детьми:

I. Вводная часть.

Дети заходят в спортивный зал.

Тигренок: Здравствуйте мои друзья!

Я олимпийский талисман

Тигренок звать меня.

Спешил я в детский сад к вам

Вы рады мне? (Да)

Я прибыл к Вам из далекой страны, где проходят Зимние Олимпийские игры. Олимпиада – спортивные соревнования между самыми сильными спортсменами разных стран. Ребята,



у меня для Вас есть телеграмма. Давайте ее прочитаем.

Текст телеграммы: «Олимпийский Спортивный комитет приглашает Вас принять участие в Зимних Олимпийских играх. А самые спортивные, быстрые и ловкие получают награды».

Ребята, Вы согласны отправиться на Зимнюю Олимпиаду? (Да)

Тигренок: Отправляемся на Олимпиаду!

Спортивным шагом по кругу идем *Ходьба друг за другом*
Друг за другом.

На зимней Олимпиаде - не шутки. *Ходьба друг за другом*

Там царство спорта
И происходит борьба.

Помогает спортсменам Тигренок,
Ему нипочем холода!

Тигренок хоть и маленький, *Ходьба на носках*

Но не носит валенки,
Ходит он всегда пешком

По сугробам босиком.

По дорожке пятками *Ходьба на пятках*

Рисует отпечатки.

Тигренок ходит по сугробам, *Ходьба с высоким подниманием*
Выше поднимает ноги. *колен*

Ловит лапками снежинки,
Потянув свою спинку. *Руки вверх, легкие хлопки в ладоши*

Спортивный Тигренок *Ходьба широким шагом*

На лыжне уже с пеленок.

Пусть свирепствует мороз-
Состоится лыжный кросс!

На саночках Тигренок катается, *Сидя на полу, вытягивание ног*
Со спортсменами упражняется. *вперед*

Не помеха Тигренку снег, *Легкий бег*

Любит он спортивный бег.

Спортивным шагом марш! *Ходьба друг за другом*



Тигренок: На месте стой, раз, два! Ребята Олимпиада вот-вот начнется, а мы еще не добрались до зимнего стадиона, давайте попросим вьюгу о помощи.

Дыхательная гимнастика

Мы подуем высоко, мы подуем низко
Мы подуем далеко, мы подуем близко.

(дети вдыхают воздух носом, выдыхают через рот)

Тигренок: Ребята скорее беритесь за руки, закрывайте глаза, я произнесу волшебные слова:

Вьюга, вьюга, помоги

На зимнюю Олимпиаду нас перенеси!

Тигренок: Вот мы с вами и очутились в Южной Корее в стране зимних Олимпийских игр.

И зимой мы спорту рады!
 Ну-ка детвора,
 Крикнем в честь Олимпиады
 Дружно все: "Ура!"

II. Основная часть.

Тигренок: Ребята, а что спортсмены делают перед соревнованиями?(Они тренируются) Молодцы, конечно, они много тренируются!

Начинаем подготовку,
 Выходи на тренировку.

1. Музыкально-ритмическая зарядка без предметов под песню "Побеждай".

№	Название упражнения	Содержание	Дозировка	ОМУ
Вступление				
1.	Ходьба на месте	И.п. - стоя, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1 - поднять правую ногу, левая рука вперед 2- и.п. 3 - поднять левую ногу, правая рука вперед 4 - и.п.	8 повторений	Спина прямая, при подъеме нога в колене сгибается на 90 градусов, руки свободно двигаются вперед и назад
Первый куплет				
2.	Движение руками	И.п.- ноги на ширине плеч, руки на пояс 1 - руки в стороны, ладони вперед 2 - руки согнуты в локтях, кисти в замок на затылок 3 - руки в стороны, ладони вперед 4 - и.п.	4 повторения	Следить за правильностью исполнения упражнения: руки и спина прямые, на 2 - локти максимально отведены назад
3.	Пружинные наклоны туловища	И.п.- ноги на ширине плеч, руки на пояс 1-3 - пружинный наклон вправо с выпрямлением левой руки 4 - и.п. 5 - 7 тоже влево 8 - и.п.	4 повторения	Упражнение выполняется плавно, без рывковых движений
Припев				
4.	Прыжки на двух ногах, способом врозь -вместе	И.п. - ноги вместе, руки на пояс 1,3 - ноги врозь, руки на пояс 2,4 - и.п.	4 повторения	Следить за техникой выполнения прыжка и правильным

				носовым дыханием
5.	Ходьба на месте	И.п. - стоя, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1 - поднять правую ногу, левая рука вперед 2- и.п. 3 - поднять левую ногу, правая рука вперед 4 - и.п.	8 повторений	Спина прямая, при подъеме нога в колене сгибается на 90 градусов, руки свободно двигаются вперед и назад
6.	Круговые вращения плечевом суставе	И.п. - ноги на ширине плеч, руки прямые вниз 1 - 3 -круговые вращения в плечевом суставе вперед 4 - и.п. 5 - 7 - тоже назад 8 - и.п.	4 повторения	Следить за правильностью исполнения упражнения: руки и спина прямые
8.	Прыжки на двух ногах с хлопком	И.п. - ноги вместе руки перед грудью с сомкнутыми ладонями 1-4 прыжки на двух ногах с хлопком перед грудью	4 повторения	Следить за техникой выполнения прыжка и правильным носовым дыханием
Куплет 2				
9.	Пружинные наклоны туловища	И.п. - ноги на ширине плеч, руки на пояс 1-3 - пружинный наклон вперед - вниз, с выпрямлением рук 4 - и.п.	4 повторения	Упражнение выполняется плавно, без рывковых движений, ноги прямые
10.	Приседания	И.п. - пятки вместе, носки врозь, руки на поя. 1-2 - приседая, колени развести в стороны, руки вперед 3-4 - и.п.	4 повторения	Во время приседания спина прямая
Припев тот же				

Тигренок: Молодцы ребята, а Вы чувствуете какой на Олимпиаде морозный воздух?

2. Дыхательная гимнастика

А теперь давайте сделаем глубокий вдох носом (*вдох*), а ртом выдох, как я (*выдох*).

Тигренок: Молодцы!

Будем мы сейчас играть
Виды зимнего спорта называть.

Ребята, посмотрите, пожалуйста, на спортивное табло (на стене расположены фотографии спортсменов на соревнованиях). Как называется этот вид спорта?(*Биатлон*)

Верно! В этом спорте спортсмен очень быстро едет на лыжах и еще метко стреляет из винтовки по мишени, попадает в цель.

Покажите, как вы будете ходить на лыжах (*имитация скользящего шага на лыжах*)

Отлично, отправляемся на лыжную базу за лыжами.

Спортсмены, вставайте друг за другом. (Ходьба в колонне по одному)

Лыжи одевай! По командам становись!

3. Эстафета "Биатлон"

Участники в лыжах с винтовкой на плече подъезжают к стрельбищу, принимают стойку для стрельбы, стреляют (говорят "пиф-паф"), вешают на плечо винтовку и возвращаются назад в команду, передают винтовку следующему участнику.

Тигренок: Точную стрельбу на огневом рубеже показали обе команды, хоть сегодня лыжная трасса и не очень раскатана, спортсмены проявили свое мастерство и умение. Ура! Спортсменам, так держать!

А впереди нас ждет следующий вид спорта, посмотрите на табло. Ребята, есть такой зимний вид спорта, когда спортсмены с высокой ледяной горки съезжают на санях на очень большой скорости. Этот спорт называется бобслей.

Тигренок: Как вы думаете, какими качествами должен обладать спортсмен, участвующий в бобслее? (Бобслеист должен быть сильным, смелым, решительным, отважным, трудолюбивым)

А мы с вами сильные? (Да) Смелые? (Да) Решительные? (Да) Бобслеисты, по командам становись.

4. Эстафета "Бобслей"

Чтобы пройти эту ледяную трассу, необходимо по очереди сесть в сани (*запрыгнуть в плавательный круг*), прокатиться-пробежать по трассе, повернуть и вернуться в команду на финиш, передать сани следующему спортсмену.

Тигренок: Команды «Снеговичков» и «Пингвинят» оказались лидерами мирового бобслея, команды сделала все, для того чтобы победить. Это была блестящая игра! Наша страна гордится и аплодирует Вам! Молодцы спортсмены!!! Двигаемся дальше.

Тигренок: Посмотрите на табло. В какой спортивной игре нужны коньки, шайба, клюшка? (*В хоккее*)

Хоккеисты, одевайте коньки, и прошу за мной на каток. Берите, пожалуйста, шайбы. (*Дети делают круг, берут шайбы*)

Тигренок:

Не зевай и не ленись,



По командам становись!

5. Эстафета "Хоккей"

Хоккеисты по очереди ведут шайбу до места броска, прицеливаются и бьют по шайбе клюшкой, обратно возвращаются бегом и передают клюшку следующему спортсмену.

Тигренок: Этот матч войдет в историю, произошло чудо на льду, обе команды великолепно справились с заданием. Спортсменам троекратное: Ура! Ура! Ура! Будем мы сейчас играть зимние виды спорта изображать.

6. Подвижная игра «Зимние виды спорта»

Когда зазвучит музыка – дети подскоками двигаются по залу, когда музыка замолкает – дети изображают спортсмена на картинке (лыжника, фигуриста, хоккеиста).

7. Игровые упражнения:

Мы уже все встали,
Спинки показали
Ручками пошлепали,
Ладонками похлопали.
Хлоп по грудке, по руке,
По бокам и по спине.
По другой руке стучали
И несколько не устали.
Постучали по ногам:
Трам, пам-пам, пора-ра-рам.
А потом, потом, потом
Кулачком все разотрем.
Любимого себя погладим
Испиночку свою расправим.

(дети выполняют действия согласно тексту)

III. Заключительная часть.

Тигренок: Когда спортсмены на олимпиаде очень стараются, что они получают? *(Спортсмены получают дипломы, грамоты, медали, кубки, цветы, награды)*

Тигренок: Вы ребята молодцы, очень постарались,
Честно и отважно Вы соревновались!
Вы тоже получаете награды,
Вы – победители Олимпиады!

8. Награждение*(вручение медалей)*

Вы – наши Олимпийские надежды!

Тигренок: А сейчас нам пора возвращаться в детский сад! Беритесь за руки и закрывайте глаза.

Вьюга, вьюга, помоги.

В детский сад нас перенеси!

Тигренок: Вот мы и в детском саду! Мы с Вами с пользой провели это время, весело, легко и задорно прошли все спортивные соревнования. Тренируйтесь, занимайтесь спортом! Впереди Вас ждут новые победы! До свидания ребята! До новых встреч!



