Развитие двигательных навыков через физкультурно-экологическую деятельность с детьми средней группы

Конспект НОД «Сохраним наш лес»

(в рамках года экологии)

инструктор по физической культуре

Калмыкова Галина Аркадьевна

Цель: формирование норм поведения в природной среде, являющихся элементами экологической культуры

Задачи:

физического воспитания:

- Формирование осознанного отношения к физической активности на основе освоения представлений и знаний о физкультурно-оздоровительной деятельности;
- повышать уровень физической подготовленности на основе формирования и совершенствования двигательных навыков и развития физических качеств;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни на основе формирования интересов и мотивов к физическим занятиям;

экологического воспитания:

- формировать у детей умения разнообразной деятельности в природе и становлении экологически ориентированного взаимодействия с ее объектами;
- помогать детям самостоятельно понимать происходящие в природе процессы, явления;
- накапливать у детей эмоционально-позитивный опыт общения с природой. Учить ребенка осознавать себя частью природы.

Взаимодействие с родителями:

Совместное изготовление нестандартного оборудования для НОД: фигурки белочек из картона для основных движений, «осенние листочки» для ОРУ.

Формы организации совместной деятельности:

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
Двигательная	Ходьба, бег, ОРУ «С листочками», подлезание под дугу в прямом направлении на коленях с опорой на предплечья, метание мяча в вертикальную цель, равновесие в ходьбе по гимнастической скамье с заданием для рук.
Игровая	Подвижная игра «Ежик»
Коммуникативная	Мини беседа о соблюдении правил здорового образа жизни, об элементарных правилах охраны природы; Ситуативный разговор о правилах выполнения ОРУ и ОД; Речевые ситуации в ходе создания мотиваций на выполнение игровых заданий.

Материальное обеспечение:

- мячи диаметром 5см по количеству детей;
- «листочки» по 2 шт. на каждого ребенка;
- гимнастические скамейки 2,5м - 3шт.;
- дуги высотой 40см - 3шт.;
- тканное полотно голубого цвета;

- корзины - 3шт.;
- аудиозапись детской песни "Паровоз Букашка"

Содержание непосредственно образовательной деятельности:

Ход.

Вводная часть.

На одной из коротких сторон зала стоят дуги трех цветов (красные, желтые и зеленые) для ориентирования детей для перестроения в три звена. На другой короткой стороне зала разложено тканное полотно голубого цвета на котором разложены листочки по два на каждого ребенка.

Дети в колонне по одному заходят в зал. Выстраиваются в шеренгу по разметке. Педагог здоровается с ребятами, напоминает, как правильно нужно встать, смотреть прямо.

Педагог. Дети, нам пришло письмо от ребят из другого детского сада. (Педагог показывает конверт) Они спрашивают: "Ребята, вы знаете, что нужно детям, чтобы вырасти здоровыми"? (дети отвечают: заниматься спортом, есть много витаминов, пить чистую воду, дышать чистым воздухом).

Педагог. А вы знаете где много чистого воздуха, чистая ключевая вода? (ответы детей: в лесу). Правильно, ребята. Я предлагаю отправиться в лес подышать чистым воздухом, а чтобы быстрее добраться до леса поедим на поезде. Сережа будет вести наш паровоз и будет командиром красного вагона, Алиса будет командиром желтого вагона, Артем будет командиром зеленого вагона. Повернитесь направо, за первым.

Виды ходьбы по 8 шагов:

1. Поезд отправляется - обычная ходьба;

2. за последним кругом, высоко поднимайте колени, руки на пояс - поезд дает задний ход;

3. за первым кругом, - на носках, руки в стороны поезд едет в гору.

Виды бега:

1. обычный - поезд набирает ход.

Виды ходьбы по 8 шагов:

1. Обычная ходьба - наш поезд замедляет ход, на месте стойте; Вот мы и приехали в лес.
2. ходьба врассыпную, как кузнечики шагайте.

А вот и лесной ручей. Ох, какой он замусоренный. Чтобы очистить ручей, возьмите по два листочка и вода станет чистой.

Педагог. За первым с листочками встаньте! Посмотрите какая чистая вода в ручье стала. За командирами в три звена стройтесь!

Основная часть.

ОРУ с листочками «В лесу»

(темп выполнения средний, дозировка 5-6 повторений)

1. «Утро и вечер».

И.п.: стоя, ноги на узкой дорожке, руки вниз;

1-через стороны поднять руки вверх; 2- через стороны опустить в и.п.

2. «Ветер качает деревья».

И.п.: стоя, ноги на широкой дорожке, руки в стороны; 1-наклон туловища вправо (руки не опускать), левую ногу на носок; 2-то же влево.

3. «Листочки в норки».

И.п.: стоя, ноги на широкой дорожке, руки вверх;

1-наклониться вперед, потянуться руками между ног назад; 2-и.п.

4. «Тепло и холодно».

И.п.: лежа на спине, ноги вытянуть вместе, руки вверх - тепло;

1-подтянуть колени и голову к животу, руками обхватить колени - холодно; 2-и.п.

5. «Листочки падают».

И.п.: стоя, ноги на узкой дорожке, руки вперед; 1-присесть, руками коснуться пола; 2-и.п.

Ситуативная беседа о правильном приземлении на мягкие ноги в прыжках.

Прыжки "Погреем ноги"- по 15 раз влево и вправо с перерывом на ходьбу на месте

И.п.: ноги слегка расставлены, руки на пояс; прыжки на двух ногах вокруг листочков.

Педагог. Молодцы, ребята! Теперь вы знаете, как согреться в холодную погоду. А теперь погуляем по лесу, но чтобы не навредить лесу и помочь перезимовать животным будем гулять по правилам. Согласны? (Да!)

Основные движения (дозировка – 3-5 повторений).

В лесу много молоденьких росточков из которых вырастут большие деревья, чтобы их не затоптать пройдем по скамейкам, как по поваленным деревьям приставными шагами вперед и выполним задание для рук. Шаг, руки вверх; шаг, руки вниз.

1. "Сбережем молодые росточки"- равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с заданием для рук (способ поточно-групповой);

Дети, зимой некоторые животные спят в норах, нужно им помочь найти свободные норки.

2. "Поможем животным найти норки для зимовки" - подлезание под дуги высотой 40см в прямом направлении с опорой на предплечья и колени (способ поточно-групповой).

Ребята, зимой животным трудно найти корм под снегом. Давайте сегодня подкормим белок. Будем забрасывать им в дупла шишки с орехами.

3. "Подкормим животных" - метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой из-за головы через плечо (способ поточно-групповой).

Мы здорово помогли животным и лесу, теперь можно и поиграть. В круг встаньте.

Подвижная игра «Ежики» - бег с изменением направления (дозировка - 1 повторение).

Ежик ножками туп-туп!

Ежик глазками луп-луп!

Слышит ежик - всюду тишь,

Ой, скребется в листьях мышь!

Заключительная часть.

Дети, встаньте в круг. Вы, здорово потрудились в лесу. Теперь можно и отдохнуть. Лягте на спину. Вытяните ноги и опустите руки. Закройте глаза и послушайте меня.

Релаксация "Здоровье"

Свежий воздух всем необходим.

В обиду лес никому не дадим.

Очистим все реки, озера, ручьи.

Они для здоровья очень важны.

Беречь будем птиц, насекомых, зверей.

От этого будем мы только добрей.

Теперь откройте глаза, сладко потянитесь и потихоньку сядьте. Отдохнули? Молодцы! Пора возвращаться из леса в детский сад. За командирами в звенья стройтесь! Сомкните звенья! В одну колонну перестройтесь! Наш поезд возвращается. До свиданья!