

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 39 «Солнышко» г. Балаково Саратовской области**

**Заочный конкурс  
«Недели презентации педагогического мастерства в ДОУ» в рамках  
преемственности между дошкольным и начальным общим  
образованием по реализации ФГОС дошкольного образования среди  
педагогических работников муниципальных дошкольных  
образовательных учреждений БМР**

**Непрерывно образовательная деятельность  
по физическому развитию подготовительная к школе группа  
на тему «Турпоход»**

**Подготовила  
Пронина Г.В.  
инструктор по физической культуре**

**Форма занятия:** Сюжетно-тематическое «Турпоход»

**Цель:** укреплять и сохранять здоровье детей через физкультурное занятие.

**Программное содержание:**

**Обучающие задачи:**

1. Закреплять навыки ходьбы.
2. Способствовать развитию функции равновесия и координации движения.
3. Совершенствовать выполнение ОРУ и ОВД.
4. Развивать внимание, быстроту реакции, ловкость силу.

**Развивающие задачи:**

1. Развивать гибкость, координацию движений, силовую выносливость.
2. Формировать соблюдение правил техники безопасности при выполнении упражнений;

**Воспитывающие задачи:**

1. Воспитывать умение выполнять коллективные действия.
2. Воспитывать у детей организованность, чувство взаимопомощи.

**Интеграция образовательных областей**

«Физическое развитие», «Речевое развитие»; «Познавательное развитие».

**Материал и оборудование:** гимнастическая скамья -2шт; музыкальное сопровождение.

Части и содержание занятия	Дозировка	Темп	Методические указания	Приемы и методы.
<p><b>Подготовительная часть.</b></p> <p><b>Мотивация.</b></p> <p>Построение в шеренгу.</p>	2мин		<p>Здравствуйте ребята. Я хочу пригласить вас в турпоход в лес. А, что такое турпоход? Как называют людей, которые идут в поход? А какие виды туризма вы знаете?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-пеший</li> <li>- водный</li> <li>-лыжный</li> <li>-горный</li> <li>-велосипедный</li> </ul> <p>Туристы сильные выносливые и веселые люди. Не боятся трудностей, умеют поставить палатку, разжечь костер и приготовить еду на костре, любят и берегут природу. Туризм замечательный отдых можно многое узнать проверить свои силы укрепить здоровье. Отправляемся в поход?</p>	<p>Приема: проблемные вопросы к детям.</p>
<p><b>Вводная часть</b></p> <p>Развивающая игра «Мы идем, мы идем, никогда не устаем»</p>	4мин	средний	<p>Ходьба в колонне по одному.</p> <p>Указание: спина прямая.</p> <p>Ходьба на носках, руки в сторону.</p> <p>Ходьба колени мягко пружинят.</p>	<p>Способ организации поточный.</p> <p>Использование художественного слова.</p>

Восстанавливайте дыхания			<p>Указание: дышим носом, выдыхаем через нос.</p> <p>Бег в колонне</p> <p>С подскоками</p> <p>Указание: спина прямая</p> <p>С высоким подниманием голени.</p> <p>Указание: идем шагом, восстанавливаем дыхание</p>	
--------------------------	--	--	--	--

Инструктор: мы туристы наш девиз: «Всегда в перед»

Вот и первый привал «Солнечная поляна»

Части и содержание занятия	Дозировка	Темп	Методические указания	Приемы и методы.
<p><b>Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке.</b></p> <p>1.И.п. сидя на гимнастической скамейке, ноги прижаты к краю скамьи, руки на поясе. В — 1- вытянуть руки в стороны; 2- поднять руки вверх; 3- вытянуть руки в стороны; 4- в и.п.</p> <p>2.И.п. сидя, ноги по обе стороны скамейки (скамейка между ног), руки на поясе. В — 1- поворот туловища влево; 2- в и.п.; 3- поворот туловища</p>	6-8 раз	Средний		<p>Перестроение в две колонны. Через середину к лавочкам.</p> <p>Пояснение</p>

<p>вправо; 4- в и.п.  <b>3.</b> И.п. то же. В — 1- наклон туловища в перед, дотянуться подбородком до спины сидящего товарища. 2- в и.п.  <b>4.</b>И.п. сидя на гимнастической скамейке, ноги вытянуты вперед, руки в упоре на скамейку сзади. В — 1- поднять левую ногу вверх; 2- в и.п.; 3- поднять правую ногу вверх; 2- в и.п.  <b>5.</b>И.п. стоя на коленях, руки в упоре на скамейку. В — 1- мах левой ногой назад; 2- в и.п.; 3- мах правой ногой назад; 4- в и.п. П —  <b>6.</b>И.п. стоя за гимнастической скамейкой, руки на поясе. В—1- поставить левую ногу на скамейку руки вверх 2- и.п ; 3- и.п., то же с правой ноги.  <b>7.</b>И.п. стоя боком к гимнастической скамейке, руки на поясе. В — прыжки на двух ногах друг за другом вокруг скамейки.  Выполняется под счет инструктора.</p>	<p>По 4 раза в каждую сторону</p> <p>6-8 раз</p> <p>По 5 раз каждой ногой</p> <p>По 4 раз каждой ногой</p>	<p>Средний</p> <p>Средний</p> <p>Средний</p> <p>Средний</p>	<p>Поворачивается только корпус.</p> <p>Спину прогнуть, локти отвести назад.</p> <p>Ноги в коленях не сгибать, носочки тянем.</p> <p>Ногу тянем вверх.</p>	<p>Следим за дыханием.</p> <p>Следим за качеством выполнения движений.</p>
--	--	---	--	--



<p>расстояние между ними 05 м И.п -Стоя лицом к скамейке. Руки на скамейке, ноги на скамейке. Опираясь на руки и ступни ног проползти до конца скамейки. 3. <i>Прыжки через бревно.</i> Две скамьи стоят одна за другой И.П.стойка лицом к скамье Прыжки через скамейку с опорой на руки.</p> <p><b>Подвижная игра</b> <b>«Пол это лава»</b> Цель: Учить детей действовать по сигналу, бегать враспынную, развивать равновесие.</p> <p><b>Спокойная игра: «Эхо»</b></p>	<p>1 раз 2-раза</p>	<p>Средний</p> <p>Игра</p>	<p>Руки прямые. обхват скамейки с боку.</p> <p>Стараемся правильно подпрыгивать-отталкиваясь.</p> <p>Стараемся успокоится, восстановить дыхание</p> <p>Эхо -эхо — вот потеха Здесь в лесу оно живет. Целый день кричит, зовет Отвечает тут и там Самым разным голосам.</p>	<p>Правила игры: ребята я громко называю слово. следующий игрок тиши, следующий еще тиши. (солнышко, единорог, радуга</p>
---	-------------------------	----------------------------	--	---

Инструктор: Ребята вот и подошёл к концу наш турпоход в детский сад шагом марш.  
Ноги туриста по тропинке стучат.  
Есть силы в запасе, а завтра опять

Канат будем дергать и в игры играть  
Спасибо походу что вместе собрал.

Части и содержание занятия	Дозировка	Темп	Методические указания	Приемы и методы
<p><b>III. Заключительная часть</b></p> <p>Спокойная ходьба.</p> <p><b>Рефлексия:</b> Вот и вернулись из похода назад в детский сад. Молодцы ребята, вы сегодня были внимательными. дружными, молодцы. Я, хочу узнать ваше отношение к сегодняшнему путешествию. Для этого продолжите фразу: Я хочу заниматься туризмом потому что это..... Я не стану заниматься туризмом потому что.... Мне тоже понравилось путешествовать с вами. А впереди нас ждут еще много интересных маршрутов.</p>	2 -3 мин	Спокойный	Стараемся успокоиться, восстановить дыхание	Художественное слово. Анализ и оценка деятельности детей.