|  |  |
| --- | --- |
| Тема ОС: "Экскурсия в город Здоровье"Замарацких Наталья Валерьевна – инструктор по физической культуре | Тип и вид занятия: непосредственно-образовательная деятельность |
| Культурная практика: Физическое воспитание | Возрастная группа: подготовительная  |
| Культурно-смысловой контекст | Результативные физические упражнения |
| Цель: | Формировать у дошкольников представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни человека |
| Задачи: | Формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки |
| Расширять представления о составляющих здорового образа жизни |
| Способствовать проявлению положительных эмоций |
| Методы: | Игровой, соревновательный. |
| Предварительная работа | Беседы на тему ЗОЖ, рассматривание картинок с полезными и вредными продуктами, отработка основных движений (построение в колонну, шеренгу, врассыпную, перестроение в 2 колонны и т.д, ), ознакомление с правилами игровых заданий "Вдох-выдох", "Что нужно для здоровья" и эстафеты"Полезно-неполезно" |
| Оборудование | Физкультурное оборудование: малые обручи, корзины, стойка, дорожка для прыжков, воротики, столы, стойки со знаком + и - ;Демонстрационный: муляжи полезных и неполезных продуктов, карточки с изображением, что полезно для здоровья и неполезно, презентация с изображением улиц и их названием;Раздаточный: колючие ёжики;Технические средства: мультимедийная установка(экран,проектор). |
| Этапы (последовательность)деятельности | Действия, деятельность педагога | Действия, деятельность детей, выполнение которых приведет к достижению результатов | Планируемые результаты |
| I. Организационный этап (4-5 мин) |
| Введение в ситуацию | Здравствуйте ребята. Меня зовут Наталья Валерьевна. Я к вам пришла из города «Здоровья» и принесла письмо от его жителей.  |  Дети сосредотачивают внимание на педагоге.Акцентирование внимания на письме. | Мотивация детей на включение в деятельность |
| Постановка проблемы и мотивация детей | Педагог читает письмо, в котором жители города Здоровья приглашают на экскурсию поделиться своими знаниями, о том, что надо делать, чтобы быть здоровыми. В путешествие отправляются две команды. Их название определят капитаны.  | Капитаны вытягивают карточку команды: «Здоровячки» (с зелеными браслетами на руках), «Неболейки» с желтыми браслетами на руках. 1. Ходьба в колонну за капитанами змейкой на носках, руки вверх, с высоким подниманием бедра; бег подскоками, галопом, ходьба в колонну с дыхательными упражнениями.

Построение в шеренгу. | Мотивация личностной заинтересованностиСоздание положительного эмоционального настроя на занятие.Формирование правильной осанки, развитие сердечно- сосудистой системы.Восстановление дыхание |
| II. Основной этап (20-21 мин) |
| Актуализация знаний | *Ведущий:* Начнем экскурсию с улицы – «Утренняя» Жители этой улицыЧтобы было все в порядкеУтром делают ….. (зарядку).Нам повезло, сейчас все жители выходят на зарядку. Давайте к ним присоединимся. Берите быстрее ежики на стульях и вставайте врассыпную.  | Дети выполняют комплекс утренней гимнастики с колючими ежиками. | Подготовка организма к предстоящей образовательной деятельности, развитие мелкой моторики |
| Фиксация затруднений | *Ведущий:* Продолжаем экскурсию. Следующая улица – «Питательная». Здесь живут эксперты по питанию. Сегодня они просят вас помочь выбрать полезные продукты для магазинов города. Поможем?  | Капитаны встают в обручи своего цвета, за ними строится команда.Эстафета «Полезно - неполезно».На столе разложены муляжи продуктов питания. По команде игрок прыгает на 2-х ногах через препятствия, пролезает в воротики, берет муляж, и бегом возвращается к команде, передает эстафету. Команда «Здоровячки» выбирает муляжи полезных продуктов, а команда «Неболейки» - муляжи неполезных продуктов. Эстафета закончена, когда последний игрок передает эстафету капитану.Педагог предлагает детям сказать, что они выбрали и чем это полезно. | Организация анализа детьми возникшей ситуации, формирование опыта фиксации детьми затруднения в собственной деятельности и выявления места и причины затруднения. Закрепление знаний о полезных и не полезных продуктах, развитие сердечно- сосудистой системы.  |
| Открытие детей нового знания | *Ведущий:* Продолжаем экскурсию. Следующая улица *«Массажная»*. Сегодня здесь всех учат делать самомассаж.*Ведущий:* Ребята, вам понравилось? Вы сможете научить такому массажу маму и папу, друзей. | Дети выполняют комплекс похлопывающего самомассажа «Лягушка Кре-ке-ке». (ЛПТ, диск №1, тр.1). (Дети встают врассыпную. Массаж делается похлопывающими движениями по рукам и ногам, голову массируют подушечками пальцев) | Знакомство с комплексом самомассажаУлучшение местного кровообращения, создание положительного настроения. |
| Реализация проекта деятельности для достижения результата | Продолжаем экскурсию. Следующая улица *«Дыхательная» .*Педагог предлагает детям отдохнуть и сделать дыхательную гимнастику. | Дети выполняют игровое задание «Вдох-выдох».К стойке привязана лента, к ней прикреплены ленточки. Команды строятся в две шеренги. Одна выполняет задание, вторая смотрит за правильностью выполнения. Надо по команде сделать спокойный вдох и выдох воздуха 3 раза. Потом команды меняются местами. | Развитие и укрепление дыхательной системы |
| Включение в систему знания и повторений | *Ведущий:* Отлично, все справились с заданием. А мы с вами уже на центральной площади города – Площадь доктора Здоровейкина. Доктор рассказывает жителям города, как быть всегда здоровыми. Сегодня он предлагает нам дать советы жителям, как укрепить свое здоровье.После выполнения задания педагог предлагает проверить, все ли встали правильно. Каждый называет, что у него изображено на карточке и полезно это или нет. | Дети выполняют игровое задание «Что нужно для здоровья».Дети строятся в шеренгу на одной стороне зала. На другой стороне на столах разложены карточки картинкой вниз. Рядом с одним столом стоит стойка со знаком «+», рядом с другим – со знаком «-».  Дети выполняют приседания, по сигналу бегут на высоких четвереньках к столу (для каждой команды свой стол). Каждый игрок берет карточку, если изображено то, что полезно для здоровья, идет к знаку «+», если то, что не полезно для здоровья, к знаку «-». Эстафета закончена, когда все игроки встанут у знаков. | Закрепление знаний о том, что полезно делать для здоровья и что не полезно.  |
| III. Заключительный этап (3-4 мин) |
| Рефлексивный компонент | Ребята, подошла к концу наша экскурсия в город Здоровья. Пора домой. Давайте дружно скажем.Раз, два, три, четыре, пять,Мы домой хотим опять.Закрываем глаза (звучит музыка).Ну, вот мы и дома. | Дети делятся своими впечатлениями, вспоминают ,как проходило путешествие, что больше всего понравилось и запомнилось. | Самооценка личностных достижений |