

Конспект сюжетного физкультурного занятия в старшей логопедической группе по принципу круговой тренировки с использованием нетрадиционного оборудования.

**Тема:** «Морское путешествие»

**Цель:** Формирование двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребности бережного отношения к своему здоровью в разнообразных формах двигательной деятельности.

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата; формировать и закреплять навык правильной осанки; оздоравливать детский организм с помощью дыхательной, зрительной гимнастики, массажа БАТ.

**Обучающие:**

совершенствовать технику выполнения: ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; закреплять умение подлезать под дугой разными способами; упражнять в ходьбе и беге, координируя движения рук и ног.

**Коррекционные:**

расширять и активизировать словарный запас по теме «Море, морские обитатели»; совершенствовать навыки словообразования и словоизменения; развивать артикуляционную моторику, речевое дыхание; совершенствовать навыки связной речи.

**Развивающие:**

развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; развивать координацию движений на основе уже накопленного детьми опыта.

**Воспитательные:**

воспитывать бережное отношение к природе, желание защищать и охранять их; воспитывать чувство сопереживания, взаимопомощи, доброжелательности к сверстникам; воспитать осознанное отношение к своему здоровью, способствовать формированию положительных эмоций.

**Вид деятельности:** игровая, двигательная, коммуникативная.

**Форма организации:** групповая, игра с речевым сопровождением.

**Предварительная работа:** Дети играли в разнообразные подвижные игры на прогулке, в повседневной деятельности, выполняют ежедневную утреннюю гимнастику.

### **Методы и приёмы:**

1. Наглядные: наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры).
2. Словесные: объяснения, пояснения, указания; подача команд, сигналов; вопросы к детям и поиск ответов; словесная инструкция.
3. Практические: выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; выполнение упражнений в игровой форме; самостоятельное выполнение упражнений в свободной игре.

**Интеграция образовательных областей:** «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

**Материал:** гимнастическая скамейка, канат, мячи, мусор, сундук, нетрадиционное оборудование «Парашют Здоровья» ленточная лесенка; релаксирующая музыка, аудиозапись «Шум моря», ноутбук,

Ход НОД:

### **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ.**

Вход детей в зал. Построение в шеренгу. Приветствие.

**Инструктор ФК:** Ребята, у меня для вас радостная новость! Я заказала для вас через морскую почту новые мячи и сегодня мячи должны доставить к нам в детский сад. **(Звук сообщения на телефоне).** Ой, мне пришло видео сообщение, давайте посмотрим от кого оно.

**На телефон записано видеообращение пирата.**

**Пират:** Ну, что детишки ждете мячи? Не видать вам мячей, как своих ушей! Я захватил корабль, на котором хотели доставить вам мячи, и спрятал их. А вам малыши не хватит смелости и силы, чтобы отыскать их. Так что мячи мои, а позже я придумаю, что с ними сделать!

**Инструктор ФК:** Как нехорошо получилось. Получается, мой сюрприз не удался и у нас не будет новых мячей. Что же делать? ( Подвести детей к тому, чтобы они предложили отправиться в морское путешествие искать мячи)

**Ответы детей.**

**Инструктор ФК:** Молодцы ребята! Мы отправимся в путешествие на корабле. А где стоят корабли? (Ответы) До порта я предлагаю вам отправиться на волшебном парашюте Здоровья!

**Парашют лежит на полу в скрученном состоянии.**

**Инструктор ФК:** Давайте сначала мы расправим наш парашют.

**Дети расправляют парашют и встают вокруг него.**

## **ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**

**Инструктор ФК:** Путь предстоит долгий, поэтому мы должны быть здоровыми и сильными. Я предлагаю сделать массаж.

**Занимательная разминка.**

**Массаж БАТ «Чтобы нам не заболеть».**

Чтобы нам не заболеть, Надо руки растереть.

(Энергичное растирание ладоней).

Лоб погладим осторожно, и виски потом.

(Поглаживание лба от середины к вискам затем виски).

За ушами, перед ними, Сами уши трем.

(Растирание указательными и средними пальцами вокруг ушей).

Чтоб не кашлять, не чихать - носик разотрем.

(Растирание крыльев носа).

Чтобы насморк отогнать - точки разомнем

(Разминание БАТ около носа).

А потом погладим шею. (Поглаживания сверху-вниз).

Так простуду одолеем! (Хлопки в ладоши).

**Инструктор ФК:** Для того ,чтобы безопасно управлять волшебным парашютом нужно действовать всем вместе, слаженно. Я буду давать вам инструкции, а вы выполнять. Согласны? К полету готовы? Тогда в путь!

**Дети берутся за края парашюта.**

Все держатся за ручки парашюта, и плавно поднимают и отпускают его три раза.

Держимся за парашют правой рукой и друг за другом шагом марш!

Остаются за бортом поля и леса.

Мы летим туда, где нас ждут чудеса.

И солнышко светит, и речка блестит,

И наш парашют так быстро летит!

Ходьба в колонне по одному с заданием:

- ходьба на носках, руки вверх, в стороны, на пояс, вниз;
- ходьба на пятках, руки вытянуть перед;
- ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе;

Бег с заданием:

- обычный бег
- приставным правым (левым) боком

**Инструктор ФК:** Ребята, я вижу корабль! Приземляемся на палубу корабля. Сворачиваем парашют! **Игра «КТО БЫСТРЕЕ»** Положить парашют на пол, Разделитесь на две группы. Одна группа скатывает парашют с одной стороны к центру, другая – с другой. Кто быстрее свернёт свою часть.

Возможно нам придется встретиться с пиратом а он сильный и коварный. Давайте, выполним морскую ритмическую гимнастику и станем еще сильнее и смелее!

**Комплекс ритмической гимнастики «Мы — моряки». Песня «Морское путешествие»(Автор неизвестен)**

*«Паруса мы поднимаем, запах моря мы вдыхаем»*

И. п.: о. с., руки к плечам, локти опущены. 1 — поднять локти вверх — вдох; 2 — опустить вниз — выдох. Повторить 6-8 раз.

*«Чайки летают над кораблями, чайки кричат и кружатся над нами»*

И. п.: о. с., руки вниз. 1—4 — вращение головой вправо, затем влево. Пауза. Повторить по 2-3 раза в каждую сторону.

*«Палубу матросы дряют, чистят, моют, убирают»*

И. п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. 1 — наклон вперед с поворотом к правой ноге и хлопком между ног; 2-й. п. ; 3-4 — то же к другой ноге. Повторить 4-5 раз.

*«Будем ноги укреплять, мышцы все тренировать»*

И. п.: о. с., руки на пояс. 1 — выставить правую ногу вперед на носок; 2 — в сторону; 3 — назад; 4 — и. п. Повторить то же левой ногой. Повторить по 4-5 раз каждой ногой.

*«За морем с борта наблюдаем, границу зорко охраняем»*

И. п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. 1 — поворот вправо, руки за спину — выдох; 2- и. п. — вдох; 3-4 — то же в другую сторону. Повторить по 4 раза.

*«Танец "Яблочко "мы пляшем на корабле, на палубе нашей»*

И. п.: о. с., руки вниз. 1 — присесть, разводя колени, отрывая пятки от пола, руки за голову. Повторить 6-8 раз, меняя темп.

«Качка продолжается, корабль наклоняется. Прыжок назад — прыжок вперед, ну а потом — наоборот»

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Прыжки на двух ногах — четыре прыжка вперед, четыре прыжка назад. Выполнить по 2 раза.

Непродолжительная ходьба на месте — 8-10 шагов. Повторить 2-3 раза.

### **Упражнение на дыхание:**

Ребята, надвигается шторм, давайте надуем наши паруса, чтобы быстрее уплыть. Как шумит ветер, который дует в наши паруса?

Глубокий вдох через нос, и с выдохом произносим «ш-ш-ш...».

### **Круговая тренировка «Матросы на корабле в шторм»**

1. «Морская качка». Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

Нетрадиционное оборудование «Лесенка из ленточек» И.п.: руки на поясе, ноги вместе. Прыгаем легко, смотрим вперед.

2. «Переход на соседнюю мачту».

Переход по канату, лежащему на полу, стараясь не потерять равновесие, не касаться пола.

3. «По скользкому трапу» ползание по скамейке на животе продвигаясь вперед.

4. «Спуск в трюм».

Подлезание. Нетрадиционное оборудование «Лесенка из ленточек» (правым и левым боком; высокие четвереньки, руки на груди).

### **Дыхательная гимнастика: «Морской воздух»**

Носик принюхался

Пахнет морским воздухом.

И увидели мы море,

Красивое, большое.

Воздух мы морской вдохнем

Дышим носом, а не ртом.

Плечи не поднимаем,

Животом мы помогаем

( Вдох через нос, а выдох через рот. На выдохе произносим звук «А-А-А».

4-6 раз)

Высоко в небе ярко засветило солнышко, и заиграли солнечные зайчики.

### **Гимнастика для глаз.**

Солнечный мой зайныка,  
Прыгни на ладошку.

Солнечный мой зайныка,  
Маленький как крошка.

Прыг на носик, на плечо  
Ой, как стало горячо!

Прыг на лобик и опять  
На плече давай скакать.

Вот закрыли мы глаза,  
А солнышко играет.

Щечки теплыми лучами  
Нежно согревает.

Вытянуть вперед ладошку.

Ставят на ладонь указательный  
палец другой руки.

Прослеживают взглядом  
движения пальца.

Закрывают ладонями глаза.

Греют личико на солнышке.

### ***Подвижная игра «Акула».***

- Ну что ж мои отважные ребята, шторм прошел и мы с вами плывем дальше. Вокруг нас море. А как вы думаете, какие рыбы обитают в ней? (Ответы детей: дельфины, крабы, киты)

Я предлагаю поиграть в игру «Акула». Давайте выберем водящего по считалке:

С поля, с моря, с дальних гор,

Ветры к нам летят во двор,

Первый ветер иву гнёт,

А второй берёзу гнёт.

Кто ветры догонит,

Тот водить пойдёт.

#### Правила игры:

«Акула» уплывает в свой «домик», «рыбки» приближаясь к нему, произносят слова:

«Рыбки, рыбки не шумите,

Вы акулу не будите

Акула плавником шевелит.

Уплывайте – она не спит».

Дети разбегаются от водящего врассыпную по залу, «акула» ловит «рыбок». В конце игры дети считают пойманных «рыбок». (Дозировка: 2 раза.)

**Инструктор ФК:** Дети, вы слышите, как о борт нашего корабля что – то бьется и стучит, видите, по морю плывет какой – то мусор: бумаги, бревна, банки, нефть. Откуда это все взялось, как вы думаете?

(ответы детей).

Из-за большой загрязненности погибают морские обитатели. Как вы думаете, что нужно сделать, чтобы спасти обитателей моря?

(ответы детей).

Люди много делают для того, чтобы очистить море. Есть корабли – дворники, нефтесборщики. Люди – часть природы. Мы с ней одно целое, она дает нам силы, здоровье, радость и красоту. Чтобы сберечь себя, людям нужно беречь и охранять природу, дружить с ней. Наш «Волшебный парашют» превращается в море

### **Игра малой подвижности «Собери мусор».**

Положите под парашют мешочки для метания, скакалки, мячи и т.п. Рассчитайте участников по номерам. В начале игры все участники берутся за парашют обеими руками захватом сверху и высоко поднимают его. Затем ведущий называет номер участника и какой-либо предмет. Участник с этим номером устремляется под парашют, хватая нужный предмет и возвращается обратно до того, как из-под парашюта выйдет воздух.

**Инструктор по Ф.К:** Ребята славно потрудились, движениями насладились. Сейчас мы глазки закрываем, дружно вместе отдыхаем

### **Игра-релаксация «Море».**

Дети ложатся на спину, расставив руки и ноги в стороны, закрывают глаза, и слушают шум моря. (Звучит аудиозапись «Шум моря»).

Вам хорошо. Вы расслаблены, мышцы рук и ног расслаблены. Хорошо. Вы отдыхаете. Сделайте глубокий вдох — почувствуйте морской воздух. Как приятно пахнет море — выдох.

Вы спите, и вам снится один и тот же сон. В этом сне вы видите море с прозрачной водой, через толщу которого можно рассмотреть подводный мир: необычной красоты водоросли, необычных рыб, радостных, добродушных дельфинов.

1,2,3 вы просыпаетесь и встаете.

Пока вы спали, на нашей палубе появился сундук. Что в нем? (дети высказывают предположения).

Давайте откроем и посмотрим что там.(Мячи) Как вы думаете, откуда они могли появиться?

Рефлексия.

Вот и закончилось наше морское путешествие. Ребята, вам понравилось путешествие? Что больше понравилось? Где было труднее всего?

Молодцы, ребята, вы очень отважные, ловкие, быстрые и умные! Вы преодолели все трудности на своем пути. И в этом вам помогла дружба.

А сейчас нам пора в детский сад! А отправимся мы на «Волшебном парашюте»