

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №56

**Конспект  
сюжетного занятия по физической культуре**

# **«На острове в океане»**

*с использованием информационно-коммуникативных технологий*

Подготовила:  
инструктор по физической культуре  
Алтухова Л.С.



г. Новочеркасск, 2015г.

БТИ – «Веселые приключения»

СМИ – ««На острове в океане»

Возраст - подготовительная – логопедическая группа.

ОДР (основной двигательный режим) – полный круг

МТО - (Музыкальное сопровождение: MP3 Robert Miles, MP3 «Звуки природы» – 05- Волшебство природы: Морской прибой (1), телевизионный экран: корабль в океане, водопад.)

Автор: Алтухова Любовь Семеновна (МБДОУ детский сад № 56, г. Новочеркасск)

### **Цель:**

Создание оптимальных двигательных - игровых условий для эффективного освоения базовой программы (от лежаче - горизонтированных положений к прямостоянию).

### **Задачи:**

Закреплять двигательные навыки умение ориентироваться в пространстве и эмоциональные переживания посредством вхождения в образно-игровую ситуацию.

Формировать представление о природных явлениях: шторм в океане, природа жарких стран; о водоемах: океан, водопад.

Развивать внимание.

Воспитывать чувство дружбы и взаимовыручки.

(Музыкальное сопровождение: MP3 Robert Miles, MP3 «Звуки природы» – 05-Волшебство природы: Морской прибой (1), телевизионный экран: корабль в океане, водопад.)

*Дети входят в спортивный зал. На экране телевизора красивый корабль на океанских волнах.*

**Инструктор:** Ребята, представьте, что мы оправились на корабле в путешествие по океану., устроившись в уютных каютах, покачиваясь на волнах, мы уснули (*дети лежат в позе эмбриона*) и пока мы с вами спали, налетел сильный ветер и корабль попал в шторм. Наш корабль, миновав скалы сел на мель. Мы спасены!

Перед нами был остров, путешественники вплавь добрались до берега и обессиленные лежали на песке.

**1. Упр. «Нет сил»** и.п. лежа на животе. Медленно поднять голову, руки вытянуты.(6-7 раз) – ох.

**Инструктор:** Надо осмотреться!

**2. Упр. «В поисках тропы»** и.п. лежа на животе, приподнявшись на вытянутых руках,

Повороты головы в правую и левую стороны. (4-6раз)

**Инструктор:** В океане продолжался шторм, Огромные волны накатывались и разбивались о берега острова.

**3. Упр. «Волна».** "Согнуть ноги и подтянуть колени к животу. Выпрямить. Пауза 3-5 секунд и отпустить ноги (4-6 раз). Следить за тем, чтобы локти были прижаты к коврику. Носки во время упражнения должны быть оттянуты.

**Инструктор:** Как вы думаете, что это за остров, и что нам теперь делать?

**Дети:** ответы детей.

**Инструктор:** Прежде всего, мы должны найти чистую родниковую воду и осмотреть остров. Мы ведь не знаем, обитаем остров или нет! А для этого мы с вами вспомним **правила поведения в незнакомых местах**.

**Дети:** ответы детей

**Инструктор:** Вижу узкую тропинку вдоль обрыва, которая ведет к пещере. Ну, что тоже, давайте продвигаться медленно, лежа на животе, держитесь рядом, но не совсем близко к друг другу.

**4 Упр. "Узкая тропинка".** Ползание по-пластунски

**Инструктор:** А вот и вход, но он очень узкий.

**5. Упр. «Вход в пещеру»** через узкий ход в пещеру отважные путешественники. вынуждены продвигаться вперед на низких четвереньках.

**6. Упр. «В глубину пещеры»** Ход становится свободным (ползание на средних четвереньках). Путешественники время от времени останавливаются, вслушиваются в звуки подземного мира и топчутся на месте, поворачиваясь кругом, а затем снова двигаясь в колонне.

**Инструктор:** В темной пещере, трудно определить какой высоты пещера.

**7. Упр. «Определим высоту пещеры».** И.п. лежа на спине, ноги вытянуты, руки в упоре вдоль туловища. Поднять одну ногу вверх, словно стараясь определить высоту каменного свода. Потом другую ногу. (4-6раз)

**Вдруг что-то зашуршало в темноте, раздался чей-то писк.**

**Инструктор:** Это, наверное, обитатели пещеры предупредили нас, что она занята. Какие сюрпризы еще ждут нас впереди?

**8. Упр. «Таинственные обитатели пещер».** На высоких четвереньках медленно продвигаться по залу (пещере).

**Инструктор:** (педагог чихает и начинается землетрясение). Какой камнепад! Путешественники принимают решение быстрее убраться с этого опасного места

**9. Упр. «Катящиеся камни».** Переворачивания на высоких четвереньках, с продвижением в грот-укрытие. (4-браз)

**10. Упр. «Спасаемся бегством»** - бег на высоких четвереньках.

**Инструктор:** Ого! Сколько здесь больших камней! Они докатились во время землетрясения и до этих дальних пещер.

**11. Упр. «Большие камни»** (На корточках дети имитируют камни, топчутся на месте, переваливаются, разворачиваются кругом) (4-браз)

**Инструктор:** Какие большие камни! ... Вдруг впереди показался свет. Ура, выход близок! А вот и тропинка вниз.

**12. Упр. «Извилистая тропа Дракона»** и.п. стоя на коленях, руки на поясе. Передвигаются на высоких коленях змейкой друг за другом.

**Инструктор:** Тропинка, она словно Дракон, извивается вниз между синими цветами. Какая красивая долина открылась перед нами! Следуйте друг за другом, не отставайте, (*издают шипящие звуки ш-ш-ш*). Наконец, отважные путешественники приближаются к выходу из пещеры и зажмуривают глаза от яркого света.

**Инструктор:** Зеленое царство растений. Лето круглый год! Где это бывает (*ответы детей: в жарких странах*).

В долине так много кустарников и деревьев, все утопает в зелени. А в какое время года в нашем городе начинает зеленеть трава и распускаться листики и цветы? Какой период весны у нас дома?

**(Ответы детей).**

Ребята, я слышу шум водопада! Ура, мы нашли воду! (**Шум водопада**)

**Инструктор:** Мы уже близко. Но прежде чем отправиться дальше, давайте отдохнем! Вы согласны!

**Игра «Море волнуется»**

**Инструктор:** Какая красивая поляна! Пойдем по этой сочной высокой траве. А чтобы не потревожить, насекомых пойдем след в след.

**14. Упр. «След в след»:** Дети встают на ноги, ходьба с высокими коленями идут по высокой траве.(1 круг)

(Шум воды становится все сильнее).

**Инструктор:** Но что это за груда камней, которая закрыла дорогу. Дорога завалена, надо освободить ее от камней.

(На пути лежит груда камней- кубиков, которые по одному по цепочке надо передать в руки друг другу и сложить).

(Заставка-анимация красивого водопада)

**Инструктор:** Какой красивый водопад, какая чистая вода!

(Путешественники любуются красивым зрелищем, запасаются водой)

**15. Упр. «Водопад».** ( Вставая на носки, руки поднять через стороны вверх потянуться). (4-браз)

**Инструктор:** Вижу широкую и ровную тропинку, она должна нас привести на другую сторону острова и мы быстренько отправляемся.

**16. Упр. «Широкая тропинка»** (Чередование ходьбы с бегом).

**Инструктор:** А вот и берег океана, будем здесь ожидать наш корабль, после прилива он снимется с мели.

**17. Гимнастика** (для крупной и мелкой моторики, координации речи с движением).

### **«Что там чудится в тумане?»**

Что там чудится в тумане? (Дети вытягивают вперед руки)

Волны плещут в океане (Дети машут руками, изображая волны)

Это мачты кораблей (Дети тянут руки вверх)

Пусть плывут сюда скорей! (Дети приветственно машут руками)

Мы по берегу гуляем,

Мореходов поджидаем, (Ходьба на месте)

Ищем ракушки в песке (Наклоны)

И сжимаем в кулаке (Дети сжимают кулачки)

Чтоб побольше их собрать, -

Надо чаще приседать (Приседание)

**Инструктор :** На берегу моря теплый желтый песок. Здесь нам приятно будет отдохнуть, полежать, позагорать.

**18. Упр. Релаксация «Сон на берегу моря».**

Дети ложатся на спину, закрывают глаза. Педагог под звучание спокойной музыки, негромким голосом рассказывает о том, в море с прозрачной водой живут необыкновенной красоты водоросли, диковинные рыбы и разные животные. Пауза. Дети открывают глаза, встают.

- Будем глазки открывать, просыпаться и вставать.

**Инструктор:** А вот и показался наш красивый корабль, и мы отправимся домой.

**19. Упр. «Прощание с островом»** (Ходьба спокойным шагом друг за другом). Дети другом за другом проходят на корабль и отправляются домой!

До свидания, остров и приключения!