

Тема недели: «Здоровье» - выбрана в понедельник.

Цель - способствовать развитию физических качеств и здоровье сберегающей компетентности в соответствии с возрастом воспитанников через поисково-исследовательскую деятельность.

Задачи:

- Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта детей: добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением всех видов движения.
- Развивать у детей физические качества: общую выносливость, силу, координацию, гибкость.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Учить детей ориентироваться в многообразии предложенного материала для творчества, выбирая нужное для воплощения своих идей.
- Учить детей самостоятельно выбирать двигательные задания, проявлять инициативу при выборе задания, партнёра.
- Учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
- Развивать умение работать в малых группах, сообща.
- Поддерживать у детей инициативу, самостоятельность, критичность

Второй день.

Групповой сбор

1. Вопросы:

- Какое время года?
- Месяц? Какой он по счёту?
- Какие ещё зимние месяцы вы знаете?
- Какой сегодня день недели? Какой он по счёту?
- Какой был вчера день недели, какой будет завтра?
- Какая сейчас часть суток? Какие ещё есть части суток?
- Счёт: мальчики, девочки, сравнение.
- Кто сидит слева, кто справа.

2. Рефлексия группового сбора, проведенного в понедельник.

Вопросы:

- Ребята какую тему недели мы вчера выбрали?
- А почему мы решили взять именно эту тему? (потому что хотим знать какие виды спорта есть, что они из себя представляют, как нужно правильно питаться, что нужно делать что бы укреплять своё здоровье, узнать о строение человеческого тела)
- Давайте вспомним о чём мы хотели поговорить на этой неделе? (представляется паутинка)

- А домашнее задание вы выполнили? (беседа с родителями о летних и зимних видах спорта)

Воспитатель: Итак, вы определились, что вторник мы посвятим спорту. Для чего люди занимаются спортом? Варианты ответов детей.

Воспитатель: «У нас в саду где мы можем заниматься спортом?»

Варианты ответов детей:

Воспитатель: Ведь спортом нужно заниматься постоянно, не только в детском саду, но и дома. В нашем детском саду есть спортивное оборудование в спортивном зале, в группе есть центр физического развития где тоже есть спортивное оборудование. А дома у вас есть спортивные атрибуты?

Варианты ответов детей:

Исходя из вариантов детей:

1. Если дома есть атрибуты, какие? Какие физические качества они развивают?

2. Если нет: Спросить, что можно сделать в этой ситуации.

Варианты ответов детей:

Из вариантов ответов детей подвести их понимаю того что атрибуты можно сделать своими руками.

Воспитатель представляет центры развития:

- В первом центре вам предлагается сделать гантели (для развития силы);
- Во втором – веселые капитошки (атрибуты для осанки, для развития глазомера);
- В третьем центре: изготовление плаката «Виды спорта». (Накануне, детьми был задан вопрос: «Какие виды спорта относятся к летним и зимним?» Дома дети побеседовали о видах спорта с родителями). На основе того что вы узнали, вы сделаете плакат и мы поместим его в наш центр физического развития.

Прежде чем разделится по центрам, детям предлагается подойти к мольберту и выбрать в какой центр они пойдут. (в центрах указано количество человек).

Первый центр: в этом центре детям предлагается сделать гантели. Представлены материалы: бутылочки из под питьевого йогурта, ткань, тесьма, песок, камешки, фасоль, горох, смятая в комочек бумага, скотч, пластилин..

Проблема:

1. Какая должна быть гантеля? Каким материалом её нужно для этого наполнить.
2. Крышечки на бутылочках плотно не закрываются. Что делать?

2. Центр. В этом центре детям предлагается сделать капитошки. Представлены материалы: заготовки к капитошкам из ткани, поролон, фломастеры, ножницы.

Проблема: Целый кусок поролона в капитошку не влезет. Что делать?

3.Центр. В этой центре детям предлагается изготовить плакат. Представлены материалы: на ватмане изображения ребенка в зимней и в летней одежде, картинки видов спорта, клей, ножницы.

Проблема:

1.Распределить по видам спорта: летнему, зимнему и оформить плакат.

После работы в центрах дети собираются все вместе.

Вопросы воспитателя:

«Давайте теперь проверим наши атрибуты на практике, в этом нам поможет инструктор по физическому воспитанию Нина Николаевна»

После работы в центрах воспитатель предлагает детям отправиться в спортивный зал, чтобы использовать, изготовленное нетрадиционное оборудование для развития физических качеств («мешочки – капитошки», «гантели») во время круговой тренировки.

РФВ: Здравствуйте, ребята! Поделитесь со мной, что же интересного вы изобрели для занятий спортом? Ответы детей. Молодцы! Я предлагаю сегодня с помощью ваших спортивных атрибутов провести круговую тренировку. Вы согласны?

Дети: Да!

РФВ: Тогда начнем! С помощью «мешочки – капитошек» мы будем заниматься на 1 линии зала, плакат нам поможет на 2 линии, а «гантели» на 3 линии. Мои спортсмены в шеренгу становись, подтянись!

На 1, 2, 3 рассчитайсь! (Дети выстраиваются по линиям согласно номерам) 1 номера выбирают себе партнера для выполнения упражнений на пресс, по окончании занимаются с «гантелями»; 2 номера занимаются с мячами, выбирают цель, в которую бы хотели забросить мяч; 3 номера с помощью «капитошек» развивать ловкость и силу. Ребята, а какие задания с «капитошками» можно выполнять на гимнастической скамейке. Хорошо, выбирайте тот способ передвижения, который вам больше нравится.

РФВ: Приступаем к тренировке.

Круговая тренировка:

1 станция: упражнения на пресс по 10 - 15 раз каждый, произвольные упражнения с «гантелями»;

2 станция: ведение мяча по ограниченной поверхности, забрасывание мяча в цель по выбору детей;

3 станция: выбор детьми двигательных эталонов на гимнастической скамье с «мешочком – капитошкой».

Между станциями проводятся коррекционно – развивающие игры:

- Игра – самомассаж «стенка – потолок»;
- Глазодвигательная гимнастика « Снежинка»;
- Парная игра « Найди друга»

РФВ: раз, два, раз, два – начинается игра.

Ребята, у вас скоро в группе, кто будет именинником? Дети отвечают.

Ребенок – именинник выбирает еще одного ловишку.

Проводится подвижная игра «Паучки – ловишки» - 2 раза.

Игра на концентрацию внимания....

РФВ: Что вам понравилось во время круговой тренировки? Что вызывало трудности?

РФВ: Вы молодцы! Замечательно справились со всеми заданиями. Теперь вы можете использовать эти атрибуты дома для развития физических качеств.

Воспитатель: «Ребята, наши центры работают в течении всего дня, поэтому каждый сможет для себя изготовить желаемый спортивный атрибут и забрать его домой.»