

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «РЕГИОНАЛЬНЫЙ ДЕТСКИЙ САД «СКАЗКА» СЕЛА  
КРЫМСКОЕ САКСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

**КОНСПЕКТ**  
спортивного мероприятия **Веселые старты**  
**«Путешествие на остров «Чунга-чанга»**  
**нетрадиционная физкультура**  
**в подготовительной группе**

Автор (составитель):  
Муртазаева Эльмаз Аметовна,  
инструктор по физической культуре

с. Крымское,  
2023 г.

**Цель:** повышение двигательной активности посредством эстафеты ,формирование здорового образа жизни. Изготовление нестандартного оборудования из бросового материала своими руками для физкультуры и использования его на занятиях и в играх

**Образовательные задачи:**

- закреплять умения выполнять различные виды ходьбы и бега, соблюдая заданный темп;
- закреплять умения быстро перестраиваться в две колонны , равняться в колонне, шеренге, выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе;
- формировать интерес к нестандартному оборудованию ,приобщать педагогов и родителей к его изготовлению ,развивать творчество ,фантазию при использовании нестандартного оборудования ;мотивировать на двигательную активность .
- сохранять и стимулировать здоровье детей с помощью здоровьесберегающих технологий: дыхательной гимнастики, релаксации.

**Развивающие задачи:**

- развивать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку;
- развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной поверхности, тренировать быстроту реакции;
- развивать ловкость, быстроту реакции, скорость, внимание;
- развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

**Воспитательные задачи:**

- воспитывать желание и интерес к занятиям физкультурой;
- воспитывать дисциплинированность, умение выполнять команды;
- воспитывать умение действовать в коллективе согласованно, умение чувствовать движение других игроков, дружеское отношение друг к другу;
- способствовать проявлению положительных эмоций;
- формировать чувство уверенности в преодолении препятствий;
- воспитывать смелость и самостоятельность.

**Здоровьесберегающие технологии :**дыхательная гимнастика ,релаксация .

**Предварительная работа:**беседы с детьми на тему «Здоровый образ жизни», игры с нетрадиционным оборудованием , просмотр мультфильма «Катерок».

**Мотивация:**

**Оборудование:**нетрадиционное игровое пособие «сорокоходы» 2 пары (из пластиковых бутылей 4шт. ) , подложка для столовых приборов 4шт., 2 каната , «рыбки»(из пластиковых баночек )20 шт., «удочки» 2 шт. ( деревянные палочки) ,пластиковая бутылочка с письмом ,кости из картона 5 шт., бананы из картона 5 шт.,корзина – авоська 2 шт.(пластиковые контейнеры),пластмассовые мячи 10 шт., колонка .

**Методы:**

- Игровой;

- Словесный;
- Частичный показ;
- Музыкальное сопровождение;
- Краткие индивидуальные указания.

**Форма занятия:** нетрадиционная, сюжетно – игровая с использованием нетрадиционного оборудования.

**Здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии:**

1. Создание благоприятного психологического климата.
2. Использование элементов дыхательной восстанавливающей гимнастики: дыхательная гимнастика «Ветерок».
3. Самомассаж стоп.

**Приемы обучения.**

1. Показ ребенком прохождения полосы препятствий.
2. Игровой метод.

**Обязанности воспитателя:**

1. В ходе занятия помочь затрудняющимся детям в выполнении движений.
2. Смена атрибутов.

Ход занятия.

Организационный момент

Под музыку дети входят в зал , строятся в одну шеренгу .

Инструктор : « - Ребята , поздороваемся с нашими гостями .Говоря друг другу « Здравствуй !», мы всегда желаем собеседнику здоровья , хорошее настроение .Мы надеемся ,в нашем зале у всех хорошее настроение !»

Дети здороваются с гостями.

Инструктор : « - Ребята , вчера я решила прогуляться по морскому берегу и заметила на берегу бутылку , а в ней какая – то бумага , похоже это письмо . Я решила прочесть вместе с вами» .

( Инструктор зачитывает письмо ) : « Здравствуйте , жители большой земли ! Обращается к вам племя острова « Чунга – чанга» .Нам нужна ваша помощь ! У нас на острове были пираты и навели беспорядок . Без вашей помощи погибнут животные ,наше племя и рыбы . Поспешите , пожалуйста ! .Вам нужно будет лишь произнести слова заклинания и вы уже будете у нас на острове. Раз , два , три,

Три , два , раз .

На острове « Чунга- чанга»

Очутись сейчас !» К письму прилагается план действия .»

« - Ну , что , ребята , отправимся на помощь ?»

Дети : « - Да !»

( Произносят слова – заклинания ).

Инструктор : « - Вот мы и на острове ! Чтобы дальше в путь пуститься ,

Нужно крепко потрудиться ,

Упражнения выполняйте ,

Сил запасы пополняйте !

Ходьба по периметру зала с плавным переходом на бег .Затем ходьба с изменением направления.

Дыхательная гимнастика « Ветерок » :

Марш по кругу не спеша ,

Коль погода хороша .

Мы подуем высоко ,

Мы подуем низко ,

Мы подуем далеко-

Мы подуем близко ,

Успокоились немножко –

Вдох – закончилась дорожка .

Выдох – мы начнем играть !

День с улыбкой встречать !

Перестроение в три колонны.

### **Общеразвивающие упражнения с палкой**

1.И. п. — основная стойка, палка внизу хватом сверху. 1 — выпад правой ногой вперед, палку вверх; 2 — исходное положение. То же левой ногой (6 раз).

2.И. п. — стойка ноги на ширине плеч, палка внизу. 1 — палка вверх; 2 — наклон вправо (влево); 3 — выпрямиться, палка вверх; 4 — исходное положение (8 раз).

3.И. п. — сидя, ноги врозь, палка в согнутых руках. 1 — палка вверх; 2 — наклон вперед, коснуться палкой носков ног; 3 — выпрямиться, палка вверх; 4 — исходное положение (8 раз).

4.И. п. — приседания, палка перед собой в согнутых руках. 1-2—присесть, палка вперед; 3—4 — исходное положение (6-7 раз).

5.И. п. — основная стойка. 1 — прыжком ноги врозь, палка вверх; 2 — прыжком в исходное положение. На счет «! — 8»; повторить 3 раза.

Перестроение в две колонны .

Инструктор : « - Ребята , вот пункты плана испытаний ( демонстрирует картину с изображением лотоса ,затем бананы и кости ,потом лимон и лайм и последнюю картину с изображением рыбок )обсуждают задания.

1.Испытание « Топкое болото». Перейти болото при помощи листьев цветка лотоса .У каждой команды по два листика , каждый обходит болото , перемещаясь с листика на листик , перекладывая листик один за другим самостоятельно.

2. Испытание «Помощь животным». Рассортировать еду животным , хищникам- кости ,травоядным – бананы. Перед каждой командой «змея» ( канат ) , которую тревожить нельзя .Перемещаться нужно осторожно , перепрыгивая справа налево или наоборот , дойдя до пункта назначения , где пираты перемешали еду животных .Одной команде поручено отбирать кости , другой – бананы.

3.Сортировка .При помощи экипировки ( скороходы , гимнастические палочки , корзинка – авоська) дойти до сортировочного пункта .Первая команда собирает лимон , вторая – лайм , кладет в корзину – авоську и переносит в ней фрукт , складывая в корзину своей команды.

4.Спасение рыбок. Рыбок пресной воды нужно отделить от рыбок живущих в соленой воде .Отличаются они хвостами .У одних рыбок хвостик золотистой , у других серебряный .При помощи «удочки » ( палочки ) нужно их выловить и переместить в нужный водоем .

Перестроение в одну колонну.

Инструктор : « - Ребята, вы все большие молодцы , справились с заданием на ура ! Вы спасли рыбок , помогли животным и жителям острова « Чунга – чанга». А теперь пришла пора нам отдохнуть . Я предлагаю вам немного полежать ».

Релаксация

Упражнение «Лентяи»

(Дети ложатся по кругу , устраиваются поудобнее. Руки вытянуты вдоль туловища , расслаблены .Ноги прямые , нескрещенные .Играет тихая спокойная музыка).

Представьте себе , что нежитесь на мягком ,теплом песочке .Вокруг тихо и спокойно , вы дышите легко и свободно .Ощущение приятного покоя и

отдыха охватывает все ваше тело. Отдыхают ваши руки , отдыхают ваши ноги .Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом ,который приносит вам силы и хорошее настроение .Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими , у вас бодрое настроение . А теперь произнесем волшебные слова для того чтобы вернуться в детский сад .

Раз,два ,три ,

Три ,два , раз .

В детском саду очутимся сейчас !

На счет три вы откроете глаза : раз,два три ...

Вот мы с вами очутились в нашем любимом детском саду ! Ребята, а жители острова « Чунга – чанга» в благодарность вам ,передали подарок ( бананы ).

Подведение итогов занятия.

Построение в шеренгу .

Заключительная часть. Рефлексия .

Инструктор : « - Дети , вам понравилось путешествие ? На каком острове мы сегодня с вами были ? Какие задания показались вам трудными?

Ответы детей.

Построение в шеренгу.