

Департамент образования Администрации г.Екатеринбурга  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 316

---

620902, г. Екатеринбург, с. Горный Щит, ул. Октябрьская, 23  
Тел/факс (343) 266-03-07

**Конкурс: «Дистанционный конкурс методических разработок»**

**Номинация: «Методическая разработка урока»**

**Методическая разработка открытого занятия по физической  
культуре**

**Тема «Цветок Здоровья»**

Составитель:  
инструктор по ФК  
Бутакова Полина Олеговна, 1 к.к.

Екатеринбург 2023г

**Описание работы:** данная методическая разработка представляет собой конспект открытого занятия по физической культуре с использованием интерактивной экрана и физкультурно-спортивного оборудования для детей старшего дошкольного возраста.

<b>Организационная информация</b>	
Тема	Цветок Здоровья
Предмет, занятие	Физкультурное занятие по формированию осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.
Контингент слушателей	Обучающиеся подготовительной группы (6-7 лет)
Преподаватель (ФИО, должность)	Бутакова Полина Олеговна, инструктор по физической культуре
Образовательное учреждение	МБДОУ детский сад № 316
<b>Методическая информация</b>	
Форма проведения занятия:	Фронтальное и групповое
Тип занятия	Учебно-тренировочный, сюжетно-игровой
Цель занятия	Укрепление здоровья детей, воспитание потребности в занятиях физкультурой, формирование осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.
Задачи занятия	<u>Образовательные:</u> Расширить знания детей о факторах, способствующих укреплению здоровья. <u>Развивающие:</u> Развивать внимание, быстроту реакции, ловкость, силу. <u>Воспитательные:</u> Воспитывать интерес и любовь к занятиям физической культурой.
Предварительная работа	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседы с детьми о здоровом образе жизни.</li> <li>• Выполнение физических упражнений в процессе физкультурных занятий и утренней гимнастики.</li> <li>• Подготовка атрибутов к занятиям.</li> <li>• Совместная работа с воспитателем.</li> </ul>
Необходимое оборудование	Экран, презентация, ноутбук, проектор, музыкальное сопровождение, бубен, мячи среднего размера,

материалы	цветочный горшок, зеркало и ориентиры-конусы
Методы и приёмы обучения	наглядно-зрительный, игровой (практический, словесный), метод стимуляции и мотивации (похвала, выделение отличившихся). Объяснение, уточнение, оценка, вопрос.
Технологии	Здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, личностно-ориентированная технология
Планируемые результаты	Воспитание физических качеств. Развитие внимания, быстроты реакции, ловкости и силы. Умение броска мяча способом «снизу вверх». Умение работать в паре. Умение соблюдать правила игры. Навыки коллективной работы.
Использованная литература.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Веракса Н.Е., Галимов О.Р. Познавательно-исследовательская деятельность дошкольников. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018г.</li> <li>2. Шебеко, В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.Н. Шебеко. – Минск: «Высшая школа», 2010. – 288 с.</li> <li>3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021.</li> <li>4. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015г.</li> <li>5. Николаева Н.И. Школа мяча. Учебно — методическое пособие для педагогов ДОУ. – СПб.: Детство – пресс, 2012 г</li> </ol>

## Ход учебного занятия

Этапы, продолжительность	Оборудование	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
<p>Организационно – мотивационный этап (3 мин)</p>	<p>Презентация на экране, бубен</p>	<p><b>Ход занятия</b></p> <p>Ребята, давайте друг с другом поздороваемся! Вот мы с вами и пожелали друг другу здоровья. Да-да, ведь слово <i>«здравствуйте»</i> означает - здоровья желаю!</p> <p>Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми? Что значит быть здоровым?</p> <p>Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с прекрасным цветком, у которого лепестки живут в каждой клеточке нашего организма. Сегодня я предлагаю, Вам ребята, вырастить цветок Здоровья.</p> <p>Сейчас мы с вами узнаем, как называется наш первый лепесток.</p>	<p>Дети проходят под музыку в спортивный зал, строятся в одну шеренгу.</p> <p>Ответы ребят</p> <p>Дети смотрят на экран</p> <p>Построение в колонну по одному</p>

<p>Вводная часть – разминка (5 мин.)</p>	<p>Презентация, экран, музыкальное сопровождение и цветочный горшок</p>	<p><b>Разминка под стихотворное сопровождение</b></p> <p>Темным лесом, светлым лугом Мы шагаем друг за другом. Чтоб цветочки не помять, Нужно ножки поднимать. Если только бы вы знали – Как мы быстро зашагали. Меж деревьев мы бежали – Вдруг мы поле увидели! Ищем мы цветочки, Чтоб сплести веночки. Вот букет огромный Вскоре мы собрали. И ковер огромный На лугу соткали.</p> <p><b>Вопрос-уточнение</b> Дети, какие мы сейчас выполняли упражнения? Правильно. <u>Основные виды движения</u> - это и есть первый лепесток здоровья.</p> <p><b>Ход занятия</b> Педагог из цветочного горшка достается первый лепесток</p>	<p>Ходьба на носочках</p> <p>Ходьба с высоким подниманием колена.</p> <p>Ходьба обычная</p> <p>Бег «змейкой»,</p> <p>Ходьба «гуськом»</p> <p>Ходьба друг за другом и дыхательное упражнение «Цветок» Построение в одну шеренгу.</p> <p>Ответы детей: бег, разные виды ходьбы и т.п.</p> <p>Дети смотрят на экран, где появляется первый лепесток, а потом на инструктора по ФК</p>
--	---	--	--

<p>Основная часть (17 мин.)</p>	<p>Ориентиры-конусы, экран, презентация, цветочный горшок</p>	<p><b>Ход занятия</b>          Ребята, чтобы второй лепесток распустился нам надо построиться в четыре колонны.  <b>Общеразвивающие упражнения без предметов.</b>  <i>(фронтальный)</i>          1. И. п. — основная стойка, руки вдоль туловища: 1 — шаг вправо, руки за голову; 2— исходное положение. То же влево (6–8 раз).          2. И. п. — широкая стойка, руки на поясе: 1 — руки в стороны; 2— наклон вперед, к правой (левой) ноге; 3 — выпрямиться; 4— исходное положение (5 раз).          3. И. п. — широкая стойка, руки за голову: 1 — руки в стороны; 2— наклон вправо (влево), правую руку вниз, левую — вверх; 3— выпрямиться, руки в стороны; 4 — исходное положение.</p>	<p>Построение в колонны</p> <p>Выполняют общеразвивающие упражнения на все группы мышц по инструкции педагога.</p>
---------------------------------	---	--	--

		<p>4. И. п. — основная стойка, руки на пояс: 1–2 — присед, колени развести в стороны, удерживая равновесие; 3–4 — исходное положение (5 раз).</p> <p>5. И. п. — узкая стойка, руки вдоль туловища. Прыжком – в широкую стойку, руки в стороны; прыжком в исходное положение. Выполняется на счет «1–8». Повторить 3–4 раза, с небольшой паузой между сериями прыжков.</p> <p>Дыхательное упражнение «Топор»</p> <p><b>Ход занятия</b> Второй лепесток вашего здоровья – это <u>Общеразвивающие физические упражнения.</u></p> <p>Педагог из цветочного горшка достается второй лепесток</p>	<p>Дети смотрят на экран, где появляется второй лепесток, а потом на инструктора по ФК</p>
--	--	---	--

		<p><b>Вопрос-уточнение</b>  Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения?</p> <p><b>Ход занятия</b>  Молодцы! А нам пора переходить к третьему лепестку, а для этого надо перестроиться в пары и чтобы это сделать, первая и третья шеренги – «Кругом!».</p> <p><b>Уточнение:</b>  Третий лепесток – это <u>основные двигательные навыки</u>, которые мы сейчас с вами будем выполнять.</p> <p><b>ОДН - задание с мячом</b> (групповой):  И.п. (ребенок с мячом) ноги на ширине плеч (основная стойка). Корпус тела немного наклонен вперед. Руки с мячом опущены вниз.  Выполнение: сделать бросок мяча способом «снизу», по траектории «дуга», партнеру, чтобы мяч попал в перевернутый конус.</p>	<p>Ответы детей: укрепляют мышцы, закаляют организм, дарят нам бодрое, хорошее настроение, прогоняют сон и т.п.</p> <p>Обучающиеся выполняют команду педагога: перестроение в пары.</p> <p>Первая и третья шеренги берут мячи среднего размера и возвращаются на свои места, затем вторая и четвертая шеренги берут конусы и возвращаются на места. Расстояние между парами 1,5 – 2м.</p> <p>Выполняют основные двигательные навыки по инструкции педагога</p>
--	--	---	--



		<p>И.п. (ребенок с перевернутым конусом) Конус держать двумя руками у основания. Руки согнуты в локтях, конус к груди не прижимать. Правая нога отставлена назад.</p> <p>Выполнение: выполнить маневренный подбор (ловлю) мяча.</p> <p>Задание выполняется 5-6 раз, затем пары меняются предметами.</p> <p>Посмотрите, мы вырастили третий лепесток.</p> <p>Педагог из цветочного горшка достается третий лепесток.</p> <p><b>Вопрос-уточнение</b> Ребята, как вы себя чувствуете?</p> <p>Настроение, каково?!</p> <p><b>Ход занятия</b> Сейчас, мы с вами поиграем в подвижную игру</p>	<p>По окончанию задания инвентарь убирается в контейнеры, и группа строится в шеренгу перед экраном.</p> <p>Дети смотрят на экран, где появляется третий лепесток, а потом на инструктора по ФК</p> <p><u>Дети</u>: хорошо!</p> <p><u>Дети</u>: Во! Показывают «класс»</p> <p>Построение в круг</p>
--	--	--	---

		<p><b>«Самый невнимательный».</b>  <i>Выбирается ведущий, потом физическое упражнение, которое нельзя повторять за ведущим. Ведущий показывает под музыку различные упражнения, которые дети за ним повторяют. Когда ребенок повторяет за ведущим упражнение «запрещенное», то он выходит из круга вперед. Игра продолжается до тех пор, пока самый невнимательный не дойдет до ведущего.</i></p> <p><b>Вопрос-уточнение</b>  Итак, как же называется четвертый лепесток здоровья?</p> <p><b>Ход занятия</b>  Правильно!  Игра – это важнейшее средство всестороннего развития.</p> <p>Инструктор по ФК из цветочного горшка достается четвертый лепесток</p>	<p>Ответы детей:  Подвижная игра!</p> <p>Дети смотрят на экран, где появляется четвертый лепесток, а потом на инструктора по ФК</p>
--	--	---	---

<p>Заключительная часть (6 мин)</p>	<p>Экран, презентация, цветочный горшок, музыкальное сопровождение</p>	<p><b>Ход занятия</b> Проводится релаксация на фоне тихой музыки на стульчиках</p> <p>Ребята, посмотрите внимательно на наш цветок.</p> <p>Инструктор по ФК показывает цветочный горшок с бумажными лепестками.</p> <p><b>Вопрос-уточнение</b> У него раскрылось четыре лепестка, давайте вспомним, как они называются?!</p> <p><b>Ход занятия</b> А что же спряталось в серединке нашего цветочка? Хотите узнать?</p>	<p>Дети садятся на стульчики. Выполняется релаксация</p> <p>Дети смотрят на экран, где распустился красивый цветок, а потом на инструктора по ФК</p> <p>Ответы детей: <u>Первый</u> лепесток – Основные виды движения <u>Второй</u> лепесток – Общеразвивающие упражнения <u>Третий</u> лепесток – Основные двигательные навыки <u>Четвертый</u> лепесток – Подвижная игра</p> <p>Дети смотрят на экран, где распустился красивый цветок, а потом на инструктора по ФК</p> <p>Ответы детей: Да!</p>
-------------------------------------	--	--	---

		<p><b>Сюрпризный момент</b> Предлагаю по очереди подойти к горшочку и заглянуть в него, но не говорить никому то, что увидел! Договорились?</p> <p>Почему вы все весело улыбаетесь? Что вы увидели в серединке цветка?</p>	<p>Дети по очереди подходят к горшку с лепестками, где на дне находится зеркало</p> <p>Ответы детей: Себя – Здорового человека!</p>
Рефлексия (2 мин.)	Экран, презентация	<p>Посмотрите, цветок улыбается, радуется за вас, потому что мы вырастили наше здоровье! А вы сможете беречь его? А как вы это будете делать? Молодцы, я уверена в вас! А вам понравилось выращивать «Цветок здоровья»?</p>	<p>На экране появляется улыбающийся цветок</p> <p>Ответы детей</p> <p>Ответы детей</p>
Конец занятия, выход из зала (2 мин.)	Экран, презентация и бубен	<p><b>Ход занятия</b> Ну, что же наше занятие подошло к концу. Строимся в колонну по одному и прощаемся с нашими гостями.</p>	<p>Обучающиеся строятся в одну колонну.</p> <p>Под марш дети уходят из зала в группу</p>

Фото отчет



Ссылка на презентацию

[https://disk.yandex.ru/i/yJmcqSG-t\\_SA](https://disk.yandex.ru/i/yJmcqSG-t_SA)