

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 63 «Звездочка» г.Волжский Волгоградская область

**Конспект**  
**НОД «Путешествие в страну Спортландию»**  
(Для педагогов ДОУ)

Разработчик (автор-составитель)  
инструктор по физической культуре  
первой квалификационной категории  
Плугарева И.М.

г.Волжский 2014 г.

## Конспект

НОД по физической культуре для детей подготовительной к школе группы «Путешествие в страну Спортландию»

Дата проведения апреля 2014г.

Место проведения: физкультурный зал ДОУ

**Цель:** способствовать совершенствованию двигательных умений и навыков в подвижных играх и эстафетах.

**Задачи:** - развивать физические качества: силу, выносливость, быстроту;

- укреплять здоровье детей;
- приобщать к здоровому образу жизни, систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- формировать интерес к занятиям физическими упражнениями;
- создавать положительный эмоциональный настрой;
- воспитывать чувство ответственности, товарищества, коллективного взаимодействия со сверстниками.

Оборудование:

### Ход НОД

**Инструктор:** Внимание, внимание! Приглашаю всех мальчишек и девчонок отправиться вместе с нами в страну Спортландию; предлагаю взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку, верных друзей, а заодно захватить и терпение болельщика. А сейчас – разминка. Чтобы в пути мы шагали быстро, просим музыку побыстрее, повеселее.

Звучит музыка «Вместе весело шагать по просторам»

1. Дети идут в колонне по одному, выполняют упражнения в движении (разминка рук в «замке», имитация плавания «кролем», «брассом», скользим на лыжах).
2. Ходьба в полуприседе, в полном приседе.
3. Ходьба выпадами (широкий шаг).
4. Медленный бег, бег «змейкой», подскоки, дыхательные упражнения.

**Инструктор:** разминка проходит достаточно успешно, но нужно проверить участников достаточно ли они сильны?

5.Отжимание стоя у стенки 20 раз; от пола – 10 раз. .

6.Упражнения для пресса, сидя в парах на полу, и.п. – ноги врозь, взявшись за руки (упражнение «насос»), по 10 раз каждый ребенок.

7.Ходьба в колонне по одному, перестроение парами.

**Инструктор:** Дорогие ребята! Вот мы – в стране Спортландии. Уважаемые болельщики , перед вами лучшие спортсмены нашего детского сада. Справа от нас команда «Ракета», слева – команда «Комета» (команды приветствуют друг друга).

**Инструктор:** Нам предстоят непростые испытания, а настоящие соревнования, за победу в каждом конкурсе присуждается очко (гантелька), в конце соревнований подсчитаем количество и посмотрим, кто был сильнее, кто был дружнее, какая команда была дружнее.

1 эстафета «Змейка с мячом» - бег «змейкой» между ориентирами, обратно бегом по прямой, передача мяча другому участнику.

2 эстафета «Перепрыгни препятствие» - бег по прямой с кеглей в руках, перепрыгнуть препятствие, обратно бегом, передача кегли другому.

**Инструктор:** Нашим участникам нужна музыкальная пауза, дети исполняют все вместе песню «Детский сад».

**Инструктор:** Полюбуйтесь, поглядите на веселых дошколят:

Олимпийские надежды нынче ходят в детский сад!

Кто с мячом, кто со скакалкой, за рекордом ждет рекорд,

Смотрят с завистью игрушки на ребят, что любят спорт!

**Девочка:** Каждый твердо знает, физкультура укрепляет

Наши мышцы, тело.

Физкультура помогает сильным быть и смелым.

**Мальчик:** Для занятий, как известно, обруч нам необходим.

И красиво, и полезно упражнения делать с ним.

**Инструктор:** Команды строятся на эстафеты с обручами

3 эстафета «Гонка автомобилей» - ребенок находится внутри обруча, удерживает обруч двумя руками, обегает ориентир, передает обруч другому.

4 эстафета «Прокати мяч обручем» - катить мяч обручем, передать другому

**Инструктор:** А теперь, ребятки, отгадайте мою веселую загадку:

«Он самый смелый и отважный, он очень умный, очень важный,

Он объездил много стран, наш чудесный ... капитан»

**Конкурс «Капитанов» «Угадай предмет закрытыми глазами»**

**Инструктор:** Эй, ребята смелые, на солнце загорелые,

Команды собирайте, соревнования продолжайте!

5 эстафета «Дружба» - дети становятся парами лицом друг к другу, стараются удержать воздушный шарик животом, прижавшись друг к другу, передвигаясь приставным шагом боком.

**Инструктор:** Итак, наши ловкие ребята показали какие они дружные, стараются друг другу помочь, поддержать, показали какие они Мо-лод-цы!

А теперь все вместе подсчитаем, у какой команды очков (гантелей) больше?

**Инструктор:** Команды строятся в две шеренги, пожимают друг другу руки, обнимаются, награждают друг друга памятными медалями.

**Инструктор:** Вот и закончилось наше путешествие в страну Спортландию.

**1ребенок:** На любимом стадионе все рекорды мы побьем,

И на смену чемпионам очень скоро мы придем!!!

**2ребенок:** Российские спортсмены повсюду впереди,

Блестят у них медали и звезды на груди.

**Инструктор:** До новых встреч в стране спорта, здоровья, успеха, побед!