

Материалы участника конкурса  
Фестиваль «Здоровье» – 2021  
для дошкольных образовательных организаций  
города Екатеринбурга

Конспект сюжетного физкультурного досуга «В поисках Изумрудного города»

Разработчик:  
Инструктор по физической культуре,  
МБДОУ – детского сада № 245  
Тимергалиева Евгения Фанусовна  
Первая квалификационная категория

г. Екатеринбург, 2021

### Конспект физкультурного досуга.

- Название: «В поисках Изумрудного города».
- Возрастная группа: старший дошкольный возраст, дети 6-го года жизни.
- Уровень физического развития и подготовленности детей: средний.
- Тип и вид (форма) занятия: сюжетный физкультурный досуг.
- Место проведения: спортивный зал.
- Количество детей: 16.
- Цель: повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни дошкольников посредством сюжета художественного произведения.

Задачи занятия	Предполагаемый результат	Критерии оценки результата
Развивающие задачи: развивать ловкость, быстроту, координацию движений; совершенствовать навыки ходьбы, прыжков; активизировать двигательную деятельность детей, внимание.	Качественное выполнение двигательных навыков.	Активное включение всех детей в спортивное мероприятие.
Образовательные задачи: закреплять умения выполнять комплексные движения для преодоления искусственных препятствий.	Проявление психофизических качеств.	Использование всех анализаторов: зрительных, слуховых (вестибулярных), тактильных, кинестетических
Воспитательные задачи: воспитывать умение действовать командой, поддерживать друг друга, поддерживать интерес к физической культуре.	У детей проявлен интерес и эмоциональный настрой на занятия физической культурой.	Занятие должно вызвать легкое утомление, которое затем быстро проходит. У детей ровное настроение, спокойно веселое, активно серьезное.

- Оборудование: координационная лестница, гимнастическая скамейка, обруч, мячи 16 шт., деревья 2шт., канат, мягкие модули, столы 2шт., картонные цветы маки 14 шт, пластиковые кочки, нетрадиционное спортивное оборудование 2шт.
- Предварительная работа: Беседы с детьми о пользе занятиями спортом и физкультурой. Чтение книги А. Волкова «Волшебник Изумрудного города». Разучивание упражнений спортивно-оздоровительного комплекса «Маугли».

Взаимодействие с воспитателем – индивидуальная работа с воспитанниками над выполнением прыжков, элементов эстафеты; с музыкальным руководителем – подбор музыкального сопровождения для проведения спортивного мероприятия.

Интеграция образовательных областей: физическое развитие, художественно-эстетическое развитие.

**Ход занятия:**

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
<p>Вводно-подготовительная часть.</p> <p>Формировать у детей интереса и создание эмоционального настроения на занятие.</p> <p>Постепенная подготовка организма ребенка к более интенсивной работе в основной части.</p>	<p><b>Ведущая:</b> Ребята, вы любите Сказки? ... А заниматься физкультурой? Давайте, мы с вами соединим ваши любимые занятия и поиграем в сказочных путешественников. Путешественники - это сильные, смелые, тренированные люди, которые не боятся трудностей, опасности. А вы готовы стать путешественниками? ... Давайте испытаем себя, а путешествовать мы будем по сказке «Волшебник изумрудного города». Но для начала нам с вами нужно разогреться.</p> <p><b>РАЗМИНКА МАУГЛИ</b></p> <p>-ладошки -фонарики -высокие полупальцы -приседания</p>	<p>повторить упражнение 2-4 раза.</p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равновесия.</p> <p>Инструктор – хлопая в ладони, командует «Ладочки!» и начинает считать от 1 до 8. Дети – на 7 счетов интенсивно растирают ладони, на 8-й счет быстро хлопают в ладони.</p> <p><i>Методические указания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· растирать ладони, чтобы было горячо;</li> <li>· хлопать в ладони, растопырив пальцы;</li> </ul> <p>Инструктор – хлопая в ладони, командует «Фонарики!» и начинает считать от 1 до 8. Дети – на каждый счет выполняют разгибание рук в локтевых суставах, одновременно раскрывая кисти и растопыривая пальцы.</p> <p><i>Методические указания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· в исходном положении руки согнуты в локтях на высоте плеч, кисти сжаты;</li> <li>· разгибание рук в локтевых суставах и раскрытие кистей выполнять стряхивающими бросками, кисти кидать с силой.</li> </ul>
<p>Основная часть. Совершенствование двигательных</p>	<p>Выходит «Элли и Тотошка».</p> <p><b>Ведущая:</b> Девочка, ты кто?</p> <p><b>Девочка:</b> Я - Элли! А это –Тотошка.</p>		

<p>навыков, находящихся в стадии закрепления. Воспитание психофизических качеств.</p>	<p><b>Ведущая:</b> Элли, ты наверное, хочешь добраться до Изумрудного города к волшебнику Гудвину, чтоб он помог тебе вернуться домой? Дорога туда опасна и трудна, ребята поможем Элли? Вы готовы прямо сейчас отправиться в путь? Тогда вперед.</p> <p><b>ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ:</b></p> <p><b>Ведущая:</b> Все пришли, все препятствия прошли? ... Заходит Страшила <b>Ведущая:</b> Ребята, а это кто? <b>Страшила:</b> Вы меня узнали! Куда вы идете? Можно я с вами пойду, хочу попросить у волшебника «мозги»? <b>Ведущая:</b> Отдохнули? Тогда идем дальше. (во время диалога убрать пособия, расстелить полотно - «реку». Дети идут на исходную позицию) <b>Ведущая:</b> На пути у нас река, широка и глубока, нам с вами нужно перебраться на ту сторону.</p> <p><b>ПРОВОДИТСЯ ИГРА: «Переберись через реку».</b></p> <p><b>Ведущая:</b> Все перебрались, молодцы. Давайте плоты уберем, может еще пригодятся (убрать на место, в это время разложить канат) <b>Ведущая:</b> Ребята, вы угодили в ловушку к злой колдунье Гингеме. Она не хочет, чтоб вы попали в Изумрудный город и своими чарами заставляет вас ходить по кругу. Но я знаю, что надо делать. Покажите упражнения с канатом, ведь спорт</p>	<p>3 -4 раза</p> <p>3 круга</p>	<p>-ходьба «змейкой» между «деревьями»; -ходьба по бревну на носочках руки в стороны; -прыжки по координационной лестнице; -ходьба по мягким модулям;</p> <p>- прыжки на одной/двух ногах по диагонали по модулям</p> <p>- ходьба вокруг каната;</p>
---	--	---------------------------------	--

	<p>сильнее волшебства.</p> <p><b>УПРАЖНЕНИЯ С КАНАТОМ.</b></p> <p>/Канат убрать, расставить стойки для прыжков/.</p> <p><b>Ведущая:</b> Вот и пропали чары Гингема, можно идти дальше... А впереди пропасть... А сзади я слышу рев Саблезубых Тигров, надо спешить.</p> <p><b>ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ ПРЕПЯТСТВИЯ.</b></p> <p><b>Ведущая:</b> Все препятствия преодолели? (после того как все дети перепрыгнут на места, появляется «Лев» (мечется, хочет перепрыгнуть, но боится)</p> <p><b>Ведущая:</b> Прыгай смелее, не бойся. Ребята, давайте поддержим Льва, прыгай, ты сможешь - все кричат Лева, Лева...- Прыгает.</p> <p><b>Ведущая:</b> Молодец, а ты тот самый трусливый Лев?</p> <p><b>Лев:</b> Да, мне очень стыдно.</p> <p><b>Ведущая:</b> А по-моему, ты совсем не трусливый, ведь ты же смог, прыгнул.</p> <p><b>Лев:</b> А куда вы идете? / ответ детей/ А можно мне с вами, я попрошу у волшебника храбрости.</p> <p><b>Ведущая:</b> Ребята, берем Льва с собой? Тогда вставайте и продолжим путь. - Выходят к центральной стене.</p> <p><b>Ведущая:</b> Ребята, перед нами маковое поле и чтобы его пройти - нужно нам собрать цветы. Давайте на 1-2-3 поделимся на две команды.</p>	<p>2 команды по 1 разу</p> <p>1 круг</p>	<p>- приставной шаг за канат; приставной шаг из-за каната.</p> <p>-присед, канат положили на плечо:</p> <p>-ходьба на носках, канат на плече, руки за голову</p> <p>-ходьба на пятках, руки в сторону.</p> <p>держась за канат - в опущенных руках- лицом в круг:</p> <p>Канат поднять вверх, опустить вниз;</p> <p>Прыжки на двух ногах через предмет</p>
--	--	--	--



<p>Заключительная Снизить физическую нагрузку. Сохранить бодрое настроение.</p>	<p><b>Ведущая:</b> Вот мы и пришли, вот замок Гудвина. Великий волшебник Гудвин! Помоги, пожалуйста, нашим друзьям, исполни их желание. <b>ГОЛОС:</b> Хорошо, они это заслужили! <b>ВЫНОСЯТ КОРЗИНУ</b></p> <p>Ведущая берет корзинку, раздает «сердце, мозги, храбрость» <b>ГЕРОИ:</b> Спасибо, до свидания. (уходят) <b>Ведущая:</b> Вот и закончилось наше путешествие по сказке. Нам нужно немного отдохнуть. <b>РАСТЯЖКА (с элементами детской йоги)</b> <b>Ведущая:</b> Вы помогли Эли вернуться домой. С вашей помощью Страшила, Дровосек, Лев получили то, что хотели. Ну, а вы за преодоление всех препятствий, вашу дружбу, старание получите корзинку с угощением (ведущая дарит детям подарки).</p>	<p>1 раз</p>	<p>Исходное положение - сидя на коленях, голень прижата к ягодицам. Подняться до положения в ногах 90 градусов, сделать вдох выдох. Исходное положение - голень прижата к ягодицам. Встать на четвереньки, после чего сесть ягодицами на пятки. Наклон вперед до момента, пока лоб не соприкоснется с коленками или полом. Руки вытягиваем вперед, сделать вдох выдох. Исходное положение - стоя на четвереньках. Выпрямить ноги, стараясь дотянуться пяточкой до пола, а голову опустить вниз. Исходное положение - стоя, ноги на ширине плеч. Сделать вдох - выход на носки, выдох - опускание на пятки.</p>
---	---	--------------	--