

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №1 «Родничок»
Карасукского района Новосибирской области

**План – конспект
НОД по физической культуре
в подготовительной возрастной группе**

**Тема:
«Дружат СПОРТ И МАТЕМАТИКА!»**

Любченко Н.И.,
инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории

Карасук, 2023 год

План – конспект
физкультурного занятия в подготовительной группе
Тема: «Друзят СПОРТ И МАТЕМАТИКА!»

Цель. Создание условий для формирования предпосылок математической грамотности детей средствами физических упражнений смешанного характера.

Задачи:

Образовательная: 1. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве в процессе ходьбы и бега в знакомых игровых заданиях. 2. Совершенствовать навыки обратного счёта в пределах 10 в процессе отбивания мяча о пол в игре с элементами соревнования «Цифровые отбивалки». 3. Закреплять пространственные представления «от другого объекта» в ходе прыжков на одной ноге через шнур вправо и влево с продвижением (вперёд - на правой ноге, назад - на левой ноге) в игровом задании с элементами соревнования «Через шнур по дорожке, на одной ножке!».

Оздоровительная: Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей.

Воспитательная: Вызывать у воспитанников положительный эмоциональный отклик и желание активно участвовать в игровой деятельности.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование и инвентарь: тонкий цветной канат, игровое поле «Универсальный квадрат», резиновые мячи по количеству детей, мольберт с цифровым полем - наглядный образец, 2 шнура, зрительные ориентиры, игровое поле «Цветные окошки», цветные схемы, атрибуты к п/играм.

Ход занятия

Организационный момент:

И. В спортивный зал приглашаю снова вас, утро спорта и здоровья продолжается у нас!

Игровая мотивация:

И. Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно. Только надо знать, как здоровым стать.

Д. В мире нет рецепта лучше - будь со спортом не разлучен!

Спорт - помощник, спорт - здоровье, спорт - игра! Физкульт - Ура!

И. Вы послушайте, ребята, я хочу вам рассказать,

И не только рассказать, а ещё и показать.

Как дружат спорт и математика, словно буквы и грамматика.

Предлагаю сейчас, убедиться в этом в раз!

И. Интересно вам, друзья?

Д. Да!

И. Ну, тогда с вами, и я!

Организационный момент:

И. Интересно мне узнать, сколько маленьких спортсменов сегодня будет спортом заниматься и весело играть?

<i>Содержание</i>	<i>Дозировка</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
<u>Вводная часть 6 - 7мин.</u> - Построение в одну шеренгу, равнение в шеренге, команды «равняйся», «смирно», расчет по порядку, перестроение в колонну поворотом прыжком. - Маршевая ходьба по кругу друг за другом. - Бег обычный в колонне по одному. - Упражнение на восстановление дыхания «Пловцы». - Ходьба перекатом с пятки на носок. - Ходьба «тройками» в обратном направлении по сигналу. - Ходьба по диагонали зала, «змейкой». - Бег, высоко поднимая колено. - Бег «тройками» в обратном направлении по сигналу. - Бег по диагонали зала, «змейкой». - Переход на обычную ходьбу. Дыхательное упражнение «Пловцы». По ходу дети берут мячи. <u>Основная часть 18 – 19мин.</u> - Комплекс ОРУ с мячом в движении на разные группы мышц - игровое упражнение «Делай как я, делай лучше меня!». - ОВД <i>Выполняется подгруппами поочередно</i> ▪ Отбивание мяча о пол по игровому полю в обратной цифровой последовательности в пределах 10, ориентируясь на наглядный образец - игра с элементами соревнования «Цифровые отбивалки». ▪ Прыжки на одной ноге через шнур вправо и влево с продвижением (вперёд - на правой ноге, назад - на левой ноге) - игровое задание с элементами соревнования «Через шнур по дорожке, на одной ножке!». - Подвижная игра «Бросай и считай!» <u>Заключительная часть 3 – 4 мин.</u> - Игра м/п «Разноцветный путь» - Итог занятия	40с. 45с. 40с. темп средний 20с. 45с. 45с. 45с. 40с. 40с. 40с. темп средний 20с. 5,5мин. 8 – 9р 3 - 4р 3 - 4р	Плечи расслаблены и расправлены, живот подобран, голова приподнята вверх, подравняться. Быть внимательными при выполнении заданий с опорой на звуковые сигналы и зрительные ориентиры! Соблюдать заданный темп в ходьбе и беге, не наталкиваться, держать дистанцию и интервалы. Сохранять правильную осанку во время передвижений! Дыхание произвольное. Согласовывать свои движения с движениями других детей: начинать и заканчивать упражнения одновременно. Активно двигать кистями рук, придерживаться обратного порядка счета. Стараться энергично отталкиваться от опоры, сохранять заданное направление передвижения.

И. Что ж, ребята, очень ловко провели мы тренировку!

В игры весело играли, в спорте счет и цифры закрепляли.
Убедились здесь, сейчас, спорт и математика дружат у нас.

Приложение

Комплекс ОРУ с мячом в движении на разные группы мышц

➤ «Поднимание мяча вперед, вверх»

Мяч в обеих руках внизу. Поднять мяч вперед, вверх, опустить вперед, вниз (8–9р).

➤ «Наклоны туловища в стороны»

Мяч за головой. Наклониться вправо, мяч в сторону, руки прямые, выпрямиться. Через два, три шага, наклониться влево, мяч в сторону, руки прямые, выпрямиться (8–9р).

➤ «Повороты туловища в стороны»

Мяч в обеих руках впереди. Повернуться вправо, мяч в сторону, руки прямые, выпрямиться. Через два, три шага, повернуться влево, мяч в сторону, руки прямые, выпрямиться (8–9р).

➤ «Наклоны туловища вперед-вниз»

Мяч перед собой. Наклониться вперед-вниз, коснуться мячом пола, выпрямиться. Повтор через два, три шага (8–9р).

➤ «Поднимание ног поочередно»

Мяч в согнутых руках впереди. Поднять правую ногу, мячом коснуться колена, опустить ногу вниз, поднять левую ногу, мячом коснуться колена, опустить ногу вниз (8–9р).

➤ «Приседания»

Мяч в согнутых руках перед собой. По сигналу педагога присесть, мяч вперед, встать. Повтор через два, три шага (8–9р).

➤ «Выпады вперед»

Мяч в согнутых руках перед собой. Выполнить выпад вперед правой (левой) ногой на каждый шаг, мяч вперед, коснуться колена (8–9р).

➤ «Прыжки»

Мяч в прямых руках над головой. Прыгать ноги вместе – ноги врозь, продвигаясь вперед, в чередовании с ходьбой (по 3 раза).

Игра м/п «Разноцветный путь»

Цель: закреплять умение выполнять задания по схеме (предложенному схематическому изображению), содействовать развитию ориентировки в пространстве плоскости, координации движений, мышления, внимания.

Оборудование: игровое поле «Цветные окошки», цветные схемы в последовательном сочетании нескольких квадратов зеленого, черного, желтого, красного, синего, оранжевого или фиолетового цвета.

Содержание. На полу лежит игровое поле «Цветные окошки», впереди, на небольшом столике находятся цветные схемы с изображением заданного движения. Каждый игрок выбирает себе карточку. Задача детей правильно сориентироваться по предложенной цветной схеме и пройти маршрут заданного движения по игровому полю, выполняя, по желанию, шаги, прыжки на двух или одной ноге. Задание можно проводить в виде соревнования. Также оно может быть частью какой-либо эстафеты. Варианты схем передвижения может составлять не только педагог, но и сами дети. С воспитанниками подготовительной группы можно ещё играть следующим образом: указывать только начало и конец маршрута, затем давать задание, например, пройти путь за определенное количество шагов – 4 или 5 и т.д.