

Тема «Путешествие на остров Дыхания»

(НОД по физической культуре)

Для детей 5-6 лет

Интеграция образовательных областей:

Задачи:

1) «Познавательное развитие»:

Познакомить детей со строением и функцией дыхательной системы; закрепить умение собирать доступную информацию; упражнять в разнообразных методах исследования.

2) «Социально-коммуникативное развитие»:

Формировать умение делать выводы на основе эксперимента; продолжать совершенствовать умение работать сообща.

3) «Речевое развитие»:

Продолжать развивать связную речь; активизировать словарь новыми словами: кислород, дыхание, носовая полость, носоглотка, надгортанник, дыхательное горло, трахея, легкие, бронхи. Развивать интерес к строению своего тела.

4) «Физическое развитие»:

Поддерживать и развивать двигательную активность детей.

5) «Художественно-эстетическое развитие»:

Совершенствовать умение передавать задуманный образ какого-либо предмета в изготовлении макета.

Методы и приемы:

- практические: эксперименты, опыты, наблюдения
- наглядные: карта-схема с изображением органов дыхания, картинки
- словесные: беседы о дыхании, ситуативные разговоры

Материалы и оборудование: живые цветы – розы, мыльные пузыри, воздушные шарики, перышки, карандаши, свистки – по количеству детей, карта-схема с изображением органов дыхания, картинки с изображением органов дыхания, аудиозапись шума ветра, фонограмма песни «Вместе весело шагать»,

футбольные мячи (для половины группы), маска медведя, макет «Страна Дыхания».

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
<i>Двигательная</i>	Утренняя гимнастика, <u>подвижные игры</u> , народные подвижные игры, <u>игровые упражнения</u> , двигательные паузы, спортивные пробежки, соревнования и праздники, эстафеты, физминутки, образовательная деятельность в спортзале на воздухе.
<i>Игровая</i>	Игровые ситуации, <u>игры с правилами</u> (дидактические, <u>подвижные</u> , народные), творческие игры (сюжетные, сюжетно-ролевые, театрализованные, конструктивные) игры
<i>Познавательно-исследовательская</i>	<u>Наблюдения</u> , экскурсии, решение проблемных ситуаций, <u>экспериментирование</u> , коллекционирование, моделирование, познавательно-исследовательские проекты
<i>Коммуникативная</i>	<u>Беседы</u> , речевые ситуации, составление рассказов и сказок, творческие пересказы, составление и отгадывание загадок, словесные игры, настольно-печатные игры с правилами, сюжетные игры, <u>ситуативные разговоры</u> , речевые тренинги, <u>вопросы</u>
<i>Музыкальная</i>	<u>Слушание</u> , исполнение, игра на детских музыкальных инструментах, <u>ритмика и танцы</u> , музыкальные импровизации, музыкально-дидактические игры, подвижные игры с музыкальным сопровождением, инсценировки, драматизации, образовательная деятельность в музыкальном зале
<i>Изобразительная</i>	Аппликация, рисование, лепка, творческие проекты,

	деятельность в изостудии, мастерские по изготовлению предметов детского творчества
<i>Восприятие (художественной литературы и фольклора)</i>	Рассказывание, <u>чтение</u> , обсуждение, разучивание, инсценирование произведений, игры-драматизации, театрализованные игры, различные виды театра (теневого, бибабо, пальчиковый, др.)
<i>Конструирование</i>	<u>Изготовление макетов</u> , конструктивные игры, моделирование
<i>Элементарный бытовой труд (в помещении и на улице)</i> - <i>Самообслуживание</i>	Поручения (индивидуальные и подгрупповые), дежурства, практико-ориентированные индивидуальные и коллективные проекты, совместный (коллективный) действия, дежурство, задания, реализация проекта

Логика образовательной деятельности

№	Деятельность воспитателя	Деятельность воспитанников	Ожидаемые результаты
1.	«Дети, сегодня мы с вами отправимся на остров, который называется «Дыхание». «Раз, два, три – на остров прилети!» Звучит аудиозапись шума ветра.	Дети входят в зал и встают в круг. Слушают и определяют звук ветра.	Организовано внимание детей.
2.	«Летел над землей Северный ветер».	Выполняют двигательное упражнение «Ветер». (приложение № 1)	Создание мотивации к выполнению упражнения.

3.	Сюрпризный момент – появление на острове больного Карлсона с кашлем, чиханием.	Спрашивают Карлсона, почему он чихает и кашляет. Дают советы, как нужно вылечиться.	Создание интереса, эмоционального настроя.
4.	Появление доктора Айболита. Путешествие с Айболитом по карте органов дыхания: носовая полость – носоглотка – надгортанник – дыхательное горло – трахея – легкие – бронхи.	Дети внимательно слушают. Рассматривание картинок с изображением органов дыхания. Пробуют задержать дыхание – участие в эксперименте.	Рассуждения детей. Вывод: без дыхания нельзя жить.
5.	«Вспомните, в каких органах вы побывали?»	Дети вспоминают, перечисляют.	Активизируется речь детей.
6.	«Ветер продолжал завывать. Характер у ветра был задиристый. Стал он искать, с кем бы поспорить, и решил позвать Солнце».	Проговаривают русскую народную закличку «Солнышко» и выполняют движения. (приложение № 1) Выполняют упражнение для коррекции зрения	Развитие памяти и речи.
7.	«Выплыло из-за тучки	«Солнечный зайчик».	Выполнение четких движений

8.	<p>Солнце ясное, выпустило порезвиться на полянку солнечных зайчиков».</p> <p>«На полянке растут цветы»</p> <p>Предлагает поиграть в подвижную игру «Собери цветок».</p>	<p>(приложение № 2)</p> <p>Играют в игру, образовывая круги вокруг обручей.</p>	<p>указательным пальцем и проговаривание слов.</p> <p>Развитие быстрой реакции на сигнал, быстрота движений.</p>
9.	<p>Предлагает выполнить дыхательное упражнение.</p>	<p>Выполняют дыхательное упражнение «Цветок».</p> <p>(приложение № 2)</p> <p>Вдыхают аромат настоящего цветка – розы.</p> <p>Участвуют в эксперименте.</p>	<p>Дети вместе с физинструктором делают вывод, что с помощью дыхания можно определять и различать запахи.</p>
10.	<p>«Затеял сердитый Северный ветер с Солнцем спор о том, кто из них сильнее. Шли на прогулку ребята. Ветер стал дуть: забирается им под курточки, пытается залезть под</p>	<p>Выполняют ритмическую гимнастику «Вместе весело шагать».</p>	<p>Выполнение четких движений под музыку.</p>

<p>11.</p>	<p>шапочки. А ребята потуже затянули пояса, надвинули на уши шапки да еще и песню затянули».</p> <p>«Солнце, видя бессилие своего соперника, улыбнулось, выглянуло из-за облаков, обогрело детей. Они сняли шапки, расстегнули курточки и стали на полянке играть в футбол».</p>	<p>Делятся на пары и отрабатывают элемент игры в футбол: передача мяча ногой друг другу в парах.</p>	<p>Принятие правильного исходного положения, выполнение четких движений ногами.</p>
<p>12.</p>	<p>«Стало детям совсем жарко».</p>	<p>Делятся на две подгруппы: первая – пускает мыльные пузыри, вторая – надувает воздушные шарик. Затем меняются заданиями.</p> <p>Участвуют в</p>	<p>Дети делают выводы вместе с физинструктором о том, что с заданиями они справились благодаря дыханию.</p>
<p>13.</p>	<p>«Закружился Северный ветер над рекой, подул холодом, укрепил лед. А солнце опустило лучи вниз и,</p>	<p>Выполняют массаж биологически активных зон «Ледоход».</p> <p>(приложение № 3)</p>	<p>Активизируется речь детей, четкое выполнение движений со словами.</p>

14.	<p>как ножом, разрезало лед. Начался ледоход».</p> <p>«Разлилась река. Побежали ручьи, залило медвежью берлогу. Послышался звук свистка. Проснулся медведь».</p>	<p>Свистят в свистки, выполняют ритмопластическое упражнение «Медведь».</p> <p>(приложение № 3)</p> <p>Участвуют в эксперименте.</p> <p>Играют в игру.</p>	<p>Дети вместе с физинструктором делают вывод о том, что если дунуть в свисток слабо, звук будет тихим, если сильно, то звук будет громким.</p>
15.	<p>Предлагает поиграть в подвижную игру «Догонялки с мишкой»</p>	<p>Играют в игру.</p> <p>Коммуникативная игра «Лучший друг».</p> <p>(приложение № 4)</p>	<p>Радостное настроение от двигательной деятельности.</p>
16.	<p>«Как хорошо всегда все делать вместе».</p>	<p>Коммуникативная игра «Лучший друг».</p> <p>(приложение № 4)</p> <p>Сдувают со своих ладоней перышки и карандаши.</p>	<p>Дети делают вывод о том, что лучше и интереснее все делать вместе, сообща.</p>
17.	<p>Предлагает поиграть с перьями и карандашами.</p>	<p>Сдувают со своих ладоней перышки и карандаши.</p> <p>Участвуют в эксперименте.</p>	<p>Дети анализируют и делают вывод: перышко легкое, поэтому улетает, а карандаш тяжелее, поэтому с помощью дыхания с места</p>

<p>18.</p>	<p>«От солнечного тепла раскрылись первые весенние цветы – подснежники».</p>	<p>Выполняют пальчиковую игру «Подснежник». (приложение № 5)</p>	<p>сдвинуть его невозможно.</p> <p>Выполнение движений руками со словами.</p>
<p>19.</p>	<p>«Лаской и добротой можно сделать гораздо больше, чем гневом».</p> <p>«Давайте поблагодарим Карлсона и доктора Айболита за то, что они вместе с нами побывали на острове «Дыхание». Карлсон вылечился, согрелся на солнышке, научился правильно дышать. С помощью дыхания можно вылечиться от разных болезней.</p> <p>Доктор Айболит раздает детям витаминки, чтобы все были здоровы.</p>		<p>Дети формулируют вывод: дыхание необходимо всем живым существам, без дыхания жизни нет.</p>

Итоговое мероприятие: Изготовление с детьми макета: «Путешествие в страну Дыхания»

Используемая литература:

1. М.Ю. Картушина «Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет».
2. Е.А. Алябьева «Нескучная гимнастика».
3. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр».
4. Л.И. Пензулаева «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет».

Приложение № 1

1. Двигательное упражнение «Ветер»:

Ветер по небу летал, *Дети бегут на носках.*

Ветер с тучками играл.

Ветер тучки-невелички

Очень ловко догонял.

Ветер к роще подлетел,
Песенку свою пропел:
Разогнался, разлетелся,
Меж деревьями свистел.
А потом помчался к речке
Поднимать там волн колечки.
Над поляной закружился
И на землю опустил.
Пф-ф-ф...
Устал.

*Стоя, поднимают руки вверх и качают ими, произнося Звук «у»
Бегут широким шагом.*

Кружатся во время бега.

*Приседают, произнося
«пф-ф-ф...»*

2. Русская народная закличка

«Солнышко»:

Солнышко, солнышко

Дети поднимают руки вверх и вращают кистями.

Выгляни в оконышко.

Кладут одну ладонь на голову, вторую подставляют под подбородок («окно»).

Там твои детки кушают
конфетки,

Ставят руки «полочкой» и качают ими.

А тебе не дают,

Грозят пальцем.

Всем ребятам раздают.

Протягивают руки вперед.

Приложение № 2

3. Упражнение для коррекции зрения «Солнечный зайчик»

Я – солнечный зайчик,

Дети держат перед глазами

Я – капелька света,

указательный палец и

Люблю путешествовать

поворачивают его перед собой.

По белому свету.

Взгляд фиксируют на кончике

Взлечу я на маковку елки,
На нос сяду серому волку,
Я загляну в гнездо к грачу
И по дорожке поскачу,
Сыграю в прятки с белкой,
А с зайчиком в горелки,
Устрою света карусель –
Так веселюсь я целый день.
Ну а устану –
Умчусь я за тучки.
Мы же глаза наши
Спрячем за ручки.

пальца.

*Поднимают палец, прослеживая
движение взглядом.*

Опускают палец до уровня пояса.

Поднимают палец и опускают.

*Водят пальцем вправо и влево,
прослеживая движение глазами.*

Рисуют в воздухе круг.

Прячут руку за спину.

Закрывают глаза руками.

4. Дыхательное упражнение «Цветок»

Зажмурившись, дети делают носом спокойный продолжительный вдох (задержка дыхания), на продолжительном выдохе тихо произносят: «А-а-ах!»

Приложение № 3

5. Массаж биологически активных зон «Ледоход»

Наточив поострее мечи,

Дети сильно трут ладони друг о друга.

Опустились на речку лучи.

Проводят пальцами по лбу от середины к вискам.

И когда разрезали лед,

Растирают указательными пальцами нос.

На реке начался ледоход.

Гладят мягко ладонями шею сверху вниз.

6. Ритмопластическое упражнение «Медведь»

Без нужды и без тревоги
Спал медведь в своей берлоге.

Спал всю зиму до весны
И, наверно, видел сны.

Вдруг проснулся косолапый,
Слышит, каплет –
Вот беда!

В темноте пошарил лапой

И вскочил.

Кругом вода!

Заспешил медведь наружу.
Заливает! Не до сна!

Вылез он и видит: лужи,
Тает снег...

Пришла весна!

*Дети лежат на спине, руки вдоль
туловища, глаза закрыты.*

Спокойно и глубоко дышат.

*Вытягивают носки ног и сгибают
ноги в голеностопном суставе, глаза
закрыты («мишке снится, как он
гуляет по траве»).*

*Поворачивают головы вправо и
влево.*

*Разводят руки в стороны и
выполняют поворот туловища
вправо, хлопая левой ладонью по
правой, возвращаясь в и.п.*

Повторяют то же влево.

Выполняют 3-4 раза.

*Садятся, поставив руки на пояс,
ноги вытянуты прямо.*

*Выполняют поворот корпуса
вправо, касаясь правой рукой пола
позади себя, и возвращаются в и.п.*

То же повторяют влево.

Выполняют упражнение 4-5 раз.

*Наклоняют корпус вперед,
касаясь руками носков ног.*

Выполняют 4-6 раз.

*Ходят на четвереньках в свободном
направлении.*

Приложение № 4

7. Коммуникативная игра «Лучший друг»

Дети встают в два концентрических круга. Количество детей в кругах должно быть равным. Дети, стоящие во внутреннем круге, движутся вправо, во внешнем – влево под слова:

Круг друзей всех зовет
В наш веселый хоровод!

(2 раза)

Дети останавливаются. Стоящие во внутреннем круге поворачиваются спиной к его центру, оказавшись лицом к детям, стоящим во внешнем круге, образуя пары. Дети, стоя в парах, выполняют движения.

Я, я, я – твой лучший друг, *Дети прикасаются ладонью к своей груди (4 раза).*

Я, я посмотрю вокруг: *Разводят руки в стороны.*

Лучше, лучше нет тебя. *Гладят партнера по плечу.*

Мы, мы, мы с тобой друзья. *Пожимают друг другу руки.*

Ты, ты, ты – мой лучший друг. *Прикасаются ладонью к груди партнера.*

Ты, ты посмотри вокруг: *Разводят руки в стороны.*

Лучше, лучше нет меня. *Прижимают обе руки к груди.*

Мы, мы, мы с тобой – друзья. *Обнимаются.*

Игра проводится 2-3 раза. Каждый раз образуются новые пары.

Приложение № 5

8. Пальчиковая игра «Подснежник»

Я родился! *Дети прикасаются ладонями к груди и поднимают руки вверх (2 раза).*

Снег пробил, *Складывают ладони перед грудью в «бутон» и поднимают руки на*

На свет явился!

Ух, какой ты, снег, колючий,
Ты холодный, снег, и злощий.

О морозах зря мечтаешь,

Очень скоро ты растаешь,

Уплывешь потоком в речку

И не скажешь ни словечка!

уровень глаз.

*Раскрывают «бутон», раздвинув
пальцы в стороны.*

Грозят указательным пальцем.

*Скрещивают руки на груди
хлопают ладонями по плечам.*

*Водят указательным пальцем
вправо-влево.*

*Махнут ладонями движением от
себя.*

*Производят волнообразные
движения руками.*

*В конце прижимают указательный
палец к губам.*