Муниципальное образование Алапаевское

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад п. Заря» общеразвивающего вида

с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию воспитанников

Методическая разработка

Тема: «В гости Старичку – Лесовичку»

|  |  |
| --- | --- |
|  | Выполнила:  Бучнева Татьяна Викторовна  Инструктор по физической культуре 1 КК  Адрес ДОУ: Свердловская область, Алапаевский район, п. Заря, ул. Набережная 13  Телефон автора: 89126470824  e-mail автора: tatyanka\_fomina\_1987@mail.ru |

# п. Заря 2021г.

Содержание

1. Аннотация 3
2. Конспект физкультурного занятия – прогулки

«В гости к Старичку – Лесовичку» 4

1. Список литературы 11
2. Приложение 12

Аннотация

В условиях ускоренного развития техногенной цивилизации, нарастания экологического кризиса в современном обществе существенно возрастает роль экологического воспитания, «предусматривающего расширение и углубление экологических представлений детей, развитие у них эмоционально-ценностного отношения к природе, формирование мотивов, а также умений экологически целесообразной деятельности». Физкультурные занятия экологической направленности отличаются от аналогичных физкультурных занятий тем, что дети совершенствуют усвоенную ранее эколого-валеологическую информацию в условиях увлекательной игровой и соревновательной деятельности. Данное занятие проводится с детьми старшей группой 6 года жизни на свежем воздухе и способствует укреплению здоровья детей, содействует развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения. В ходе занятия у детей развивается чувство товарищества и взаимопомощи.

**Конспект физкультурного занятия – прогулки «В гости к Старичку – Лесовичку».**

**Цель:** Формирование двигательной активности и укрепление здоровья детей, повышение положительного, эмоционального настроения, укрепления здоровья детей. Закрепление и расширение знаний о правилах поведения в лесу.

**Задачи:**

**Образовательные:**

* Содействовать совершенствованию двигательных умений и навыков. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, «змейкой» и между предметами.
* Уточнить и расширить имеющиеся представления детей о лесе и его обитателях; правилах поведения в лесу. Формировать практические умения и навыки в природоохранной деятельности.

**Развивающие:**

* Развивать двигательную активность, ловкость, быстроту реакции в заданиях соревновательного характера.
* Развивать познавательный интерес к жизни леса и его обитателям.

**Воспитательные:**

* Воспитывать доброжелательность в играх и эстафетах.
* Воспитывать бережное отношение к природе, лесу, стремление заботиться об окружающем мире.

**Предварительная работа:**

* Дидактическая игра « Назови правило» по ознакомлению с правилами поведения в лесу;
* Чтение художественной литературы: «Осень» И. Соколов-Микитов, « Лес осенью» И.Тургенев, « Золотой дождь» М.Лесовая, повторение пословиц о лесе, об осени, птицах, животных, об осенних явлениях.
* Рассматривание карты маршрута осеннего пешего похода к лесопарку.
* Сбор необходимых принадлежностей для похода: рюкзак, коврики, вода питьевая, сухой паёк, стаканчики.

**Оборудование:**

Маршрут осеннего пешего похода, канат, картинки «грибы», 2 корзины, дуги для подлезания, маска «заяц», конусы 8 шт, «мусор»: комочки из бумаги, пустые баночки из-под йогурта, пустые пластиковые бутылки или коробки из-под сока (всё по количеству детей), письмо конверт, магнитофон.

**Ход занятия:**

**Инструктор по ФК:** Здравствуйте! Ребята, сегодня в детский сад к нам пришло письмо, давайте его прочитаем и постараемся узнать от кого оно.

Я люблю гулять в лесу, в лес хожу я каждый день,

Все в лесу мне интересно, каждый куст и каждый пень.

Я веселый старичок, Старичок-Лесовичок!

Знаю лес и лес люблю, в гости вас к себе зову.

Пусть на солнечной опушке раздается звонкий смех.

Игры, конкурсы, забавы! Приглашаю к себе всех.

Старичок-Лесовичок.

Догадались кто написал письмо?

**Дети:** Старичок-Лесовичок.

**Инструктор по ФК:** Ребята скажите, вы любите путешествовать?

**Дети:** Да, любим.

**Инструктор по ФК**: Предлагаю отправиться в гости Старичку-Лесовичку, в лес. А дорогу мы найдем по карте, на которой указан маршрут. Ребята, а знаете ли вы, как нужно себя вести в лесу? Давай те вспомним правила поведения в лесу.

Беседа по картинкам: «Правила поведения в лесу». *( Приложение №1)*

**Инструктор по ФК**: Молодцы.

( дети с рюкзаками за спиной идут по дороге и останавливаются на месте стоянки, располагаются на месте стоянки).

**Инструктор по ФК**: Посмотрите, как вокруг красиво, деревья преобразились, нарядились в красивые яркие платья. Тишина, светит солнце, шумит ветер, да птички поют, давайте все послушаем. Слышите, трещат ветки.

**Инструктор по ФК**: Ой, ребята, смотрите к нам кто-то идет. Кто это?

**Старичок-Лесовичок:** Это я-седой старик, называюсь Лесовик.

Этот лес сторожу, за порядком здесь слежу.

**Инструктор по ФК**: Здравствуйте, Старичок-Лесовичок!

**Дети:** Здороваются.

**Старичок- Лесовичок:** Здравствуйте дети. Зачем пожаловали?

**Инструктор по ФК**: Мы, дедушка, пришли в лес погулять, поиграть, полюбоваться природой.

**Старичок-Лесовичок:** Знаю, знаю, как вы гуляете, отдыхаете. Муравейники разоряете, цветы рвете. Насекомых и зверей обижаете. Не пущу вас в лес!

**Инструктор по ФК**: Не сердись на нас Старичок - Лесовичок, наши ребята не такие, они лес любят и уважают. И мы хотим провести с тобой разминку.

**Разминка « По лесной тропинке».**

- Ходьба, бег по кругу, бег змейкой, ходьба и бег между предметами (2-3 мин.), под музыку «Детская - Лесная песенка» муз. С.Суэтов, сл. Е.Пекки

**ОРУ на месте под музыку.**

1. « По лесным тропинкам»

И.п. основная стойка, руки на поясе.

1-2 - попеременное переступание стопой левой и правой ноги с носочка на пятку;

3-4 - то же самое.

2. «Мишка чешет спинку»

И.п. основная стойка, руки внизу.

1- поднимаем правое плечо; 2- вернуться в и.п.;

3- поднимаем левое плечо; 4- вернуться в и.п..

3. «Срываем с дерева орешки для белки»

И.п. основная стойка, руки внизу.

1- правую руку поднять вверх через сторону;

2- левую руку вверх через сторону;

3- правую руку опускаем вниз; 4- левую руку вниз.

4. «Волк смотрит по сторонам, ищет добычу»

И.п. стойка ноги врозь, руки в замок за голову.

1- поворот туловища в правую сторону;

2- и.п.; 3- поворот туловища в правую сторону;

4- и.п.. «Заглядывает под кустики» и.п. то - же, наклоны в правую, левую сторону.

5. «Лисичка виляет хвостиком»

И.п. сидя на полу, ноги согнуты в коленях, упор руками сзади.

1- ножки наклонили в правую сторону;

2- и. п.; 3- ножки наклонили в левую сторону;

4- и. п..

6. «Зайчик бежит по дорожке»

И.п. сидя на полу, ноги согнуты в коленях, упор руками сзади.

1-2 Попеременное сгибание и разгибание ног в коленях;

3-4 То же самое.

7. «Подышим свежим лесным воздухом»

Упражнение на восстановление дыхания. - глубокий вдох носиком - выдох ртом. (повторить 3-4 раза)

**Старичок-Лесовичок:** Молодцы! Мне понравилась ваша разминка.

**Инструктор по ФК**: Закончили разминку, набрались сил и теперь мы готовы показать что наши ребята любят природу. Сейчас предлагаю разделиться на две команды и дать своим командам название. Девочки- «Ягодки», мальчики- «Грибочки».

**Эстафета «Очистим лесную поляну от мусора».**

**Инструктор по ФК**: Ребята послушайте пословицу «Лес – богатство и краса, береги свои леса». Скажите, пожалуйста, а что может испортить красоту леса? Конечно оставленный в нем кем-то мусор. Я предлагаю вам первую эстафету. Напротив выстроившихся команд раскладываем «мусор» (комочки бумаги, пакетов, пустые пластиковые бутылки, банки из под йогурта и др.) по количеству детей. Первый участник с корзинкой бежит до обозначенного места с «мусором» берет один предмет, кладет в корзинку и возвращается обратно, передает эстафету следующему. Выигрывает команда первая выполнившая задание.

**Старичок-Лесовичок:** Молодцы, теперь вижу что вы оберегаете природу. А теперь отгадайте загадку:

Кто растет в лесу у дорожки?

Есть у них шляпки и ножки. ( Гриб)

**Дети:** Гриб

**Старичок-Лесовичок:** Я предлагаю вам сейчас принять участие в сборе грибов, но помните, какие грибы собирать нельзя. Первый участник бежит до ориентира, преодолев полосу препятствий: прыжки из обруча в обруч «по кочкам», пролезает по дугой, добегает до обруча, в котором разложены грибы, берет только один гриб (съедобный и без грибницы), кладет его в корзинку и возвращается обратно по прямой минуя полосу препятствий, передает корзинку следующему. Выигрывает команда первая выполнившая задание.

**Эстафета « Собери грибы»**

**Инструктор по ФК**: Дедушка Лесовичок, предлагаю отдохнуть после сбора грибов. Послушайте пословицу: «Иной раз от комара да в две руки не отмашешься».

**Массаж тела « Комары»**

Выполняем движения в соответствии с текстом:

Я прошу вас, комары, Дети поглаживают ладонями грудь и руки,

Будьте-ка вы так добры делая круговые движения.

Не кусайте вы меня

Утором и средь бела дня Ударяют ладонью по носу,

Ни в нос, ни в лоб, лбу, щекам, животу.

Ни в щеки, ни в живот, Хлопают по ногам от лодыжек вверх и

Ни в ноги, ни в руки. по рукам от кисти к плечу.

Ваш укус - такая мука. Растирания живота

Пожалейте вы меня рук, ног своими ладошками

Я горю, как от огня.

Комары же жалости не знали Легко пощипывают пальцами

И кусали, и кусали, и кусали… грудь**,** ноги, руки.

З-з-з..

**Инструктор по ФК**: А мы еще знаем игры, поиграешь с нами Старичок-Лесовичок?

**Старичок-Лесовичок:** Конечно, поиграю, не откажусь, с вами очень весело.

**Игра « Перетягивание каната»**

**Старичок-Лесовичок:** Вижу-вижу сильные, крепкие, ловкие Вы! Давайте еще в одну игру поиграем.

**Зайка (хороводная игра)**

Дети водят хоровод. В центре сидит ребенок, изображающий зайца, и держится за «лапку». Дети приговаривают:

А у зайчика серого

Лапочка болит.

И больною лапкою

Он не шевелит.

Мы с ребятками пойдем,

Подорожник мы найдем,

К лапочке приложим,

Зайчику поможем.

Ведущий указывает на ребенка, который должен сорвать лист подорожника и приложить к лапке зайца после слов:

Будет заюшка скакать

И с ребятками играть.

«Зайка» скачет к кому-либо из детей. Выбранный ребенок выбегает из круга, «зайка» его догоняет. Дети делают «ворота», стараются отгородить убегающего ребенка от «зайки».

**Инструктор по ФК**: Вот и подошла к концу наша прогулка по лесу. Вам понравилось ребята? Давайте ещё раз вспомним и повторим, что нельзя делать в лесу?

Дети: ответы детей.

**Инструктор по ФК**: Вот и поиграли и задания разные выполнили, пора и привал устроить нам.

**Инструктор по ФК**: А теперь нам пора возвращаться в свой детский сад, ребята, мне хочется, чтобы наш поход запомнился нам надолго, и для этого нужно нарисовать рисунки о нашем походе. Что больше всего вам понравилось, запомнилось. И мы сделаем выставку всех наших рисунков.

Возвращение детей в детский сад под песню « Вместе весело шагать» В. Шаинский.

Список литературы

1. Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», старшая группа. Изд. МОЗАИКА-СИНТЕЗ. Москва 2015г..

2. Н.А. Арапова-Пискарева «Воспитательная система «Маленькие россияне». Программа нравственно-патриотического воспитания дошкольников». Изд. МОЗАИКА-СИНТЕЗ. МОСКВА 2005г..

3. Казаручик, Г.Н. Экологическое воспитание детей дошкольного возраста: пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / Г.Н. Казаручик. — Минск: НИО, 2014г..

4. Интернет-журнал «Планета детства», planetadetstva.net.

Приложение