

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Детский сад №89»

Юридический адрес: г. Красноярск, ул. Ольховая, 8
Фактический адрес: г. Красноярск, ул. Ольховая, 8; ул. Славы, 3

Конспект занятия по физическому
развитию в старшей группе.
Тема: «Путешествие во дворец спорта
имени И. С. Ярыгина»

Воспитатель: Верхотурова М.Н.

Красноярск, 2021

Тема: «Путешествие во дворец спорта имени И. С. Ярыгина»

Цель: Знакомство детей с тренировками начинающих спортсменов во дворце спорта имени Ивана Ярыгина.

Задачи:

1. Рассказать о нашем земляке И. Ярыгине. Познакомить с тренировкой начинающих спортсменов.
2. Способствовать развитию координации, развивать выносливость, быстроту, скорость.
3. Развивать у детей стойкий интерес к занятиям по физической культуре.
4. Воспитывать доброе отношение к игрокам другой команды.
5. Создать веселое настроение.

Оборудование: 2 клюшки, 2 мяча, булавы, гимнастические скамьи, тоннели, ограничительные конусы, портрет И. С. Ярыгина, макет дворца спорта им. И. С. Ярыгина.

Содержание частей занятия	дозировка	МОУ
Подготовительная часть 1. Построение. 2. Воспитатель рассказывает о И. Ярыгине 3. Упражнения в ходьбе * Ходьба на носках. * Ходьба на пятках. * Ходьба с высоким подниманием колен. * Обычный бег. * Ходьба.	3 мин	Выполнение инструкций педагога. Следить за осанкой, соблюдением дистанции. Руки тянем вверх Руки за голову Руки на пояс. Сгибаем руки в локтях. Восстанавливаем дыхание. Молодцы!

<p>Основная часть</p> <p>1. Построение в 2 колонны.</p> <p>2. Проведение эстафет</p> <p>*Эстафета с клюшкой и мячом</p> <p>*Эстафета на гимнастической скамье с булавами</p> <p>*Эстафета с тоннелями</p>	<p>15 мин</p>	<p>По сигналу воспитателя дети начинают эстафету, выполняя инструкции.</p>
<p>Заключительная часть</p> <p>Дети перестраиваются в круг. Игра на расслабление «Мороженое»</p>	<p>3 мин</p>	<p>Дети повторяют движения за воспитателем.</p> <p>Воспитатель подводит итоги занятия.</p>

Ход занятия:

-Здравствуйте, ребята! Сегодня мы отправимся на спортивную тренировку во дворец спорта имени Ивана Ярыгина. Но для начала нам, как и всем спортсменам нужно сделать разминку!

-Направо. За направляющим в обход по залу шагом марш!

*Приготовиться к ходьбе на носках. Руки тянем вверх. Ходьба на носках.

*Руки за голову ставь. Приготовиться к ходьбе на пятках.! Ходьба на пятках!

*Руки на пояс. Приготовиться к ходьбе с высоким подниманием колен.

Ходьба с высоким подниманием колен.

*Сгибаем руки в локтях. Приготовиться к бегу. Обычный бег!

* Приготовиться к бегу со сменой направления по хлопку. Бег со сменой направления!

*Приготовиться к ходьбе. Шагом марш! Идем обычным шагом.

Восстанавливаем дыхание. Поднимаем ручки вверх делаем вдох, опускаем ручки делаем выдох. Повторяем. Вдох, Выдох. Молодцы.

Построение в 2 колонны.

Соревнования между детьми.

-Сейчас мы с вами представим, что попали в зал, где тренируются хоккеисты и попробуем потренироваться вместе с ними. Ваша задача довести мяч клюшкой до конуса и вернуться оббегаев конус обратно, передать клюшку следующему спортсмену и так далее. Когда прибежит последний спортсмен эстафета закончена.

-Молодцы, далее мы оказались в зале, где тренируются художественные гимнасты. Наша задача пройти по гимнастической скамье с булавами в руках. Выполняем. Отличные спортсмены!

-Еще с помощью одной эстафеты мы проверим насколько вы ловкие, и быстрые. Перед вами тоннели, нужно проползти через тоннель и передать следующему спортсмену эстафету по руке. Выполняем, молодцы!

Игра на расслабление.

-Ребята, а как вы думаете И. Ярыгин любил мороженое? А вы любите? Давайте представим, что мы то самое мороженое, которое очень быстро тает на солнышке. Руки -ноги наши становятся мягкими, голова опускается, и мы тихо начинаем падать. Хорошо, повторим еще раз.

Итог.

- Постройтесь в шеренгу. Сегодня мы с вами узнали, как проводят свои тренировки спортсмены, в том числе наш великий И. С Ярыгин.

Попробовали также потренироваться, чтобы стать такими же сильными и здоровыми. Всем спасибо за занятие, вы молодцы!