**Ақмола облысы**

**Щучинск қаласы**

**Ересек «Семицветик» тобында**

**дене шынықтырудан**

**Тақырыбы: «Помочь Лесовичку быть здоровым»**

**ҰОҚ конспектісі**

Денешынықтыру нұскаушысы: Н.А.Романова

**План-конспект организованной учебной деятельности**

Образовательная область: Здоровье

Раздел: Физическое воспитание

**Тема:** «Помочь Лесовичку быть здоровым»

***Цель:*** Формирование основ здорового образа жизни через организацию активной познавательно – игровой деятельности детей.

* Обучать умению ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Совершенствовать умение метать предмет в вертикальную цель. Развивать технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед.
* Развивать умение ходить в рассыпную, со свободной координацией движений рук и ног.
* Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу,     координацию.
* Воспитывать трудолюбие, старательность, уважение, дружелюбие, умение прийти на помощь.
* помочь при необходимости, дружелюбие

**Билингвальный компонент**: Сәлеметсіз бе, онга, алға бас,қірпі-ежик, cones хэджьхог, аю-медведь,bear, жанғақ-шишки, қоян-заяц,хэя , сәбіз-морковь, кэрот.

 **Оборудование:** паровозик, корзинки, шишки, грядка с морковью, гимнастическая скамейка. Герои: ёжик, медведь, заяц, Лесовичок.

|  |  |
| --- | --- |
| **Части ОУД** | **Ход ОУД** |
| **Вводная** | Дети под марш входят в зал. За направляющим на месте шагом марш. Стой-раз-два. На-лево раз-два. Ров-няйсь.Дети, вы рады, что у нас так много гостей? (Дети улыбаются). Поприветствуйте гостей. (Дети хлопают в ладоши). Они пришли к нам на занятие посмотреть и послушать нас. Ребята, приглашаю вас в круг радости. Возьмитесь, пожалуйста, за руки. Посмотрите, какой светлый и прекрасный день. А какое у нас чудесное настроение. **Инструктор:** Сәлеметсіздерме балалар! - Поприветствуем друг друга. Физкульт! (Привет)Мы сегодня не одни.Гости к нам сюда пришли.Чтобы вежливыми быть**Нужно «здравствуй» говорить.** Ребята, вы рады, что у нас так много гостей? (дети улыбаются). Поприветствуйте гостей. (хлопают в ладоши). **Сәлеметсіздерме! Здравствуйте! Хелло!**Пожелаем нашим гостям здоровья.**Денсаулығыңыз мықты болсын! Крепкого здоровья!****Инструктор:** Отгадайте загадку.Листья с веток облетают, Птицы к югу улетают. «Что за время года?» — спросим. Нам ответят: «Это...» (осень)Дети, вы рады, что у нас так много гостей? (Дети улыбаются). Поприветствуйте гостей. (Дети хлопают в ладоши). Они пришли к нам на занятие посмотреть и послушать нас. Ребята, приглашаю вас в круг радости. Возьмитесь, пожалуйста, за руки. Посмотрите, какой светлый и прекрасный день. А какое у нас чудесное настроение. *В зал забегает Ежик, в руках большой конверт*Здравствуйте! Билингвальный компонент: қірпі-ежик, хэджьхогЯ так к вам спешил, получите видеотелеграмму!От кого?От Лесовичка! **Инструктор:** Интересно, что нам хочет сказать Лесовичок.*Включает видеозапись:*Здравствуйте, ребята!Я был весёлый старичокСтаричок ЛесовичокЗнаю лес и лес люблюНо с приходом осени я простудился.В гости вас к себе зову.Я хочу, чтобы вы мне помогли выздороветь.И чтобы я стал веселым как раньше.И тогда вдруг на полянке Зазвучит мой звонкий смех Будут конкурсы, забавыИ веселие для всех.Помогите мне друзьяВедь болеть никак нельзя!**Инструктор:**  Ну, что, ребята, примем приглашение Старичка Лесовичка? *(да)***Инструктор:** Тема сегодня нашего физкультурного занятия «Помочь Лесовичку быть здоровым». Мы с вами отправимся в путешествие в волшебный лес.**Ёжик***:* Я знаю дорогу в лес. Мы можем поехать на волшебном паровозике. Но сначала нам нужно до него дойти. **Инструктор:** Оңға. На-право! За направляющим алға бас! Шагом марш!В лес осенний дружно, отправляться нужно.На носочки мы встаем, по дорожке мы идем.*(Дети идут на носках, руки на поясе).*Носочки устали, на пятках зашагали*(Ходьба на пятках, руки за спиной в замочек).*Трудно стало нам идти, много кочек впередиНожки поднимаем, высоко шагаем(*Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе).*Правым боком повернем, шагом приставным пойдем. Левым боком повернем шагом приставным пойдем!Тучи собираются, дождик начинаетсяПаровозик впереди, поскорей туда беги!!! **Инструктор:** (*держит паровозики передает его ежику*) Я приглашаю вас занять места в нашем паровозике! А ты,Ёжик, присоединяйся к нам, будешь машинистом. *Дети строятся друг за другом. А ёжик держит паровозик.***Инструктор:** Внимание, внимание наш «Веселый паровоз» отправляется со станции «Детский сад» и следует до станции «Осенняя поляна». Я всем вам желаю доброго пути! Поехали! Мр3**Танец «Паровозик»** |
| **Основная** | **Инструктор:** Послушайте, ребята, слышны птичьи голоса. (*Фонограмма с пением птиц*). Значит мы уже в лесу. *Слайд осенний лес.***Инструктор***:*Ребята, а вам нравится в лесу? **Самомассаж «Ладошки»** Каждый сам сейчас из вассделает себе массаж. Вот у нас игра, какая: Хлоп ладошка, хлоп другая! (хлопки в ладоши)Правой, правою ладошкойМы пошлепаем немножко (шлепки по левой руке, от плеча к кисти)А потом ладошкой левойТы хлопки «погромче» делай. (шлепки по правой руке)А потом, потом, потомДаже щечки мы побьем. (легкое похлопывание по щекам)Вверх ладошки - Хлоп! Хлоп! (хлопки над головой)По коленкам – Шлеп! Шлеп! (хлопки по коленям)По плечам теперь похлопай! (шлепки по плечам)По бокам себя пошлепай! (шлепки по бокам)Можем хлопнуть за спиной! (шлепки за спиной)Хлопаем перед собой! (шлепки перед грудью)Справа - можем!Слева – можем!И крест- накрест руки сложим! (поколачивание по груди, справа, слева)И погладим мы себя.Вот какой здоровый я! (поглаживание по рукам, груди, бокам, спине, ногам)Закрыли глаза, сделали медленный вдох и выдох.*Выходит медведь.***Медведь:** Здравствуйте дети. Куда путь держите?**Инструктор:** Мы идем к Лесовичку чтобы ему помочь быть здоровым.**Инструктор:** Мишка, а что это у тебя в корзинке?**Медведь:** У меня в корзинке шишки, но я не знаю, что с ними можно делать.**Полингвальный компонент**: жанғақ, шишки, cones.**Инструктор:** У нас с шишками есть много игр. Можно собирать шишки , делать массаж. А самое интересное, можно шишки бросать на дальность правой и левой рукой. Кто дальше бросит.**Медведь:** Как интересно!**Инструктор:** Взяли шишку в правую руку. На раз подняли, два за голову, три- бросаем. (поднимают шишку и идут на свои места). Шишку взяли в левую руку. На раз подняли, на два- назад и три- бросаем. (собираю шишки и отдают медведю в корзинку)**Медведь:** Рахмет вам, дети. Мне очень понравилось бросать шишки на дальность. Вот возьмите баночку мёда и передайте Лесовичку, чтобы быстрей выздоровел. (прощается)**Инструктор:** А мы идем дальше.*Приходит Зайчик*.**Инструктор**: Здравствуй Зайчик**Полингвальный компонент**: қоян- зайчик- hea **Зайчик:** Здравствуйте. Куда путь держите?**Инструктор:** Мы приехали помочь Лесовичку быть здоровым.**Зайчик**: Молодцы! Ребята, помогите мне собрать с грядки морковь . **Полингвальный компонент:** сәбіз- морковь, carrot. **Зайчик:** Вам нужно, проползти на животе по скамейке , подтягиваясь руками. Сойти со скамейки, допрыгнуть до грядки и сорвать морковь и положить ее в корзинку.**Инструктор:** Друг за другом к упражнению, приступай.**Зайчик:** Молодцы, дети! Вот сколько моркови собрали. Берите корзинку и передайте Лесовичку, чтобы он выздоравел.*Прощается и уходит.* **Инструктор:** Кажется, мы пришли! *(снять ткань с домика)* А вот и домик Старичка – Лесовичка.*(звоним в колокольчик над дверью домика.**Выходит сонный Лесовичок, потягивается, протирает глаза.)***Лесовичок:** Это кто меня разбудил?**Инструктор:** Здравствуйте, Старичок – Лесовичок. Это к тебе ребята из детского сада пришли в гости, ты ведь их приглашал помочь тебе выздороветь.**Дети**: Здравствуйте, дедушка!**Лесовичок:** Здравствуйте, мои милые! Давно вас дожидаюсь! Очень рад вашему приходу!Я немного притомился, прилег да и заснул. **Инструктор**: Вот возьми Лесовичок, тебе Медведь передал мед, а зайчик- морковь.**Лесовичок:** *Лесовичок пробует мед и поправляется.* Спасибо вам ребята за подарки, вы помогли мне поправиться. **Лесовичок:**Посмотрите, как в лесу осеннем очень красиво! Какие деревья есть в моем лесу? *Слайд с деревьями* Давайте их вместе назовем. Дуб, клен, береза.*(На экране выставлены картинки деревьев. Дети называют деревья.)***Инструктор:**Посмотрите, этот листик к какому дереву подходит? *(показывает 3 листочка разных деревьев)***Лесовичок:**Молодцы ребята!**Инструктор:** Давайте мы превратимся ненадолго в листочки, пусть ветер закружит нас в **осеннем танце**. Возьмите листья. На каждое дерево по 4 листочка.  *(Свободные движения с листочками под музыку)*как только музыка останавливается, мы подходим к дереву, к которому принадлежит этот листочек.**Подвижная игра: «Ветер и листья».**Мы – листочки, мы – листочки, Мы – осенние листочкиМы на веточке сидели,Ветер дунул – полетели.***Мр3 Ветер и листики***Мы летали, мы летали, а  потом летать устали.Перестал дуть ветерок – мы присели все в кружок. **Лесовичок:** Ребята, в моем лесу, много зверей. Я предлагаю вам поиграть в игру.**Малоподвижная игра:** «На лесной опушке собрались зверушки» (*одеть детям маски животных: заяц, волк, медведь, лиса, белка*)(хороводная игра)   Дети водят хоровод:На лесной опушкеСобрались зверушки.Весь лесной народДружно водит хоровод.Вы, лисички, выходите,С нами вместе попляшите!Таким же образом выбираются все зверушки, которые участвуют в хороводе. **Инструктор:** Лесовичок, нам очень понравилась у тебя в лесу, но нам пора возвращаться в детский сад.**Лесовичок:** Возьмите от белочки орешки, а от ежика яблочки. Спасибо вам и до свидания! (*уходит в домик*)**Инструктор:** Ребята, давайте вокруг себя повернемся и окажемся в детском саду. Раз-два-три повернись и в детском саду очутись. *Закрыть домик тканью* |
| **Заключительная** | **Рефлексия**. Ребята, где мы сегодня были? В каком лесу мы были? Кого встретили? Кому помогли? Какое у вас настроение? Вы довольны? Сауболыныз! До свидания! Гудбай!  |