***Модель НОД***

***«Волшебный цветок здоровья»***

***образовательная область «Физическое развитие»***

*(старшая группа)*

Разработала и провела

инструктор по физической культуре

Федотова Н.А.

Высшая квалификационная категория

г.Саранск.

.

**Цель.**

Укрепление здоровья детей посредством упражнений и основных движений с использованием ортопедических мячей, резиновых мячей среднего размера.

**Задачи.**

1.Воспитывать интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, здоровому образу жизни.

2.Закрепить умения и навыки, приобретённые на физкультурных занятиях (прыжки, подтягивание, отбивание мяча.).

3.Создать радостное настроение.

4.Учить общаться со сверстниками, передать детям тактильное общение с детьми - прикосновение к ладоням каждого ребенка

**Оборудование.**

Ортопедические мячи, резиновые мячи по количеству детей, мольберт, Цветик –семицветик (сделанные из картона), Ветерок-озорник-взрослый, 2-гимнастические скамейки, лиана(канат).

**Ход занятия**

Дети под песню **«Вместе весело шагать…»** (сл. М. Матусовского, муз. В. Шаинского) заходят в зал, проходят круг и строятся в шеренгу**.**

**Инструктор по Ф.К.** Физкульт.

**Дети**: Привет**.**

**Ребенок:** Здравствуйте, уважаемые гости.

Все пришли? Пора начать,

Все способности наши показать!

**Инструктор по Ф.К.:** Ребята, сегодня я приглашаю вас отправиться в путешествие. А путешествие будет не простое, а волшебное. Далеко-далеко есть волшебная страна, там растет необыкновенный цветок, он может исполнить любое желание, а как он называется вы узнаете в завершении занятия. Я знаю, что этот цветок называют ещё цветком здоровья. Но недавно произошла неприятность, в ту страну ворвался озорной ветер и разбросал лепестки волшебного цветка по всему свету. Давайте мы с вами отправимся в путь и соберем все-все лепестки этого волшебного цветка. Вы согласны совершить такое путешествие и разыскать все лепестки этого цветка?

**Дети.** Да, согласны!

**Инструктор по Ф.К.** Тогда в путь.

Группа, равняйсь, смирно! Направо прыжком, шагом марш. Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, руки вверх «стрела»; руки полочкой перед грудью, ходьба на пятках; ходьба по диагонали, боковой галоп спиной в круг; упражнение «раки»; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд; бег колонной, бег змейкой, бег по диагонали, бег врассыпную, затем построение в колонну.

**На пути встречается дерево с табличками с надписями.**

-Налево пойдёшь – в сонное царство попадёшь.

-Прямо пойдёшь – цветок здоровья найдёшь.

-Направо пойдёшь – гору сладостей найдёшь.

**Инструктор по Ф.К.** Какую дорогу вы выбираете?

**Дети.** Пойдем, прямо!

**Инструктор по Ф.К.** А может, ляжем спать или конфет поедим?

**Дети**. Нет, прямо пойдём!

**Инструктор по Ф.К.** Смотрите, ребята, один лепесток **(красный**) вернулся в город Здоровья-это значит мы с вами выбрали верный путь.

**(Дети называют цвета каждого лепестка. Ребенок берет лепесток и крепит его на мольберт.)**

**Инструктор по Ф.К.** Идем, вперёд!

По ходу дети берут гимнастические мячи и строятся в 3 колонны

**(ОРУ на гимнастических мячах, под песню Валентина Катаева «Цветик-Семицветик» )**

**Инструктор по Ф.К.** Молодцы, ребята, вы так хорошо выполняли упражнение, что произошло чудо, к нам вернулся **оранжевый** лепесток

**(Мячи кладут на скамейку (воспитатель помогает). Ребенок берет лепесток и крепит его на мольберт.)**

**Инструктор по Ф.К:** Дети, нам пора двигаться дальше.

Берем резиновые мячи и начинаем отбивать, под музыку врассыпную.

1.Отбиваем мяч об пол и ловим его двумя руками, с поворотом;

2.Подбросить мяч вверх с хлопком, удар о пол и ловить после отскока.

**Инструктор по Ф.К.:** Молодцы, и здесь вы справились с заданием. И вот что произошло, появился **желтый** лепесток.

**(Берет ребенок лепесток и крепит на** **мольберт.)**

**Инструктор по Ф.К.:** А мы продолжаем возвращать лепестки нашего цветка здоровья.

**3**.Мяч прижать к груди, боковые прыжки через лиану-канат, ноги вместе;

**4**.Отбиваем мяч о скамейку, идем боком к скамейке; затем отбиваем при ходьбе по скамейке. Далее идут приставным шагом, лицом к скамейке и отбивают мяч о скамейку.

**Инструктор по Ф.К.** Молодцы и с этим заданием вы справились отлично. Еще один лепесток **зеленый** вернулся в город Здоровья. А мы с вами дальше продолжаем путь.

**Кладут мячи в корзину. Дети делятся на две колонны и строятся возле скамеек. (по цвету ленточек на руке)**

**(Крепят на мольберт)**

**Инструктор по Ф.К.** На пути у нас бревно,ведь мешает нам оно.

Перепрыгнуть, подтянутся,

лепестки пусть к нам вернутся

**5**. Подтягивание по скамейке

**6**.Прыжки через скамейку

**Инструктор по Ф.К.** Какие вы все молодцы, ничего не испугались, когда выбрали путь идти прямо. Ребята, смотрите еще один лепесток вернулся в город здоровья.

Каким цветом лепесток? **голубой**

Вы сейчас очень постарались-собрали уже много лепестков. Вы немножечко устали. А давайте отдохнем и играть с вами начнем.

**Звучит музыка ветра.**

**Инструктор по Ф.К.** Ой, ребята, какой сильный и озорной ветер поднялся, слышите!

**Забегает озорной Ветерок в руках у него лепесток, размахивая им.**

**Ветерок.** Озорной я Ветерок, мой путь не близок, не далек.

Я по свету пролетаю, все листочки раздуваю.

Прилетел я к вам сюда, посмотреть, чем вы тут занимаетесь? А-а-а лепестки собираете? (**обращает внимание на мольберт)**

**Инструктор по Ф.К.** Ах, вот это кто, ребята разбросал все лепестки.

Посмотрите-ка, дети, что у него в руках-это же наши оставшиеся лепестки, нашего волшебного цветка, цветка-здоровья. Ну, что, Ветерок отдавай нам лепестки.

**Ветерок.** Ну уж нет. Поиграете со мной. Выполните правила игры, тогда отдам ваши лепестки.

**Подвижная игра «Озорной Ветерок»**

**(«Не оставайся на полу»)**

**Ветерок** Ох, работы много в зале:

Сколько много здесь ребят?

Как подую я сейчас,

Разлетитесь сей же сей час

**(Звучит музыка, (шум ветра) все дети разбегаются по залу врассыпную, увидев Ветра встают на скамейку, чтобы Ветер их не осалил.) 3 раза повторить.**

**Ветер:** Ах, вы детки озорные, все вы быстры и умны!

Чтоб не смели убежать, должен всех я вас собрать?

**(Ветерок дует на детей. Дети собираются в полукруг.)**

**Ветер:** Я набегался, устал, всех ребяток я собрал.

**Инструктор по Ф.К.:** Ветерок ты утомился, отдохни. Очень хорошо играли и вы, наверное, устали?

**(После игры отдает лепесток- синий)**

**Ветерок.** Хорошо играли, правила все выполняли возвращаю вам еще один лепесток. Поиграть еще хотите? Да! У меня для вас приготовлена игра, вам понравится она. Самый последний лепесток я спрятал здесь в зале, если вы его найдете, то и заберете.

Расходятся по залу спокойно под музыку и ищут последний лепесток. **Инструктор по Ф.К.** Нашли, молодцы. Какого цвета. (**Фиолетовый)**

**(Крепят на мольберт)**

**Инструктор по Ф.К.** Ну что ж, все лепестки собрали и цветок здоровья распустился. Посмотрите какой он прекрасный! Ребята, мы справились со всеми заданиями. У меня сегодня радостное настроение, и я хочу передать его вам (тактильное общение с детьми - прикосновение к ладоням каждого ребенка) и нашему гостю Ветерку. Ребята, скажите пожалуйста, как же называется наш цветок здоровья. **Цветик- семицветик.**

Молодцы, а сколько лепестков у волшебного цветка. 7

Молодцы, занятие наше закончилось. Но мы не сказали главного. Попробуйте объяснить гостям, какую целебную силу несет каждый цвет лепестка.

**Красный-** делает нас сильными.

**Оранжевый**-это сказки творчество фантазии.

**Желтый**-это радость, веселье и счастье.

**Зеленый** –успокаивает, цвет живой природы.

**Голубой**-это прохлада, чистое небо, свежее дыхание.

**Синий**-это моря глубина

**Фиолетовый**-это мечта, вера в чудо.

**(рассказали и кладут на палас лепесток, т.е. выкладывают цветок)**

**Инструктор по Ф.К.** Вот теперь пора прощаться, всем вам в группу возвращаться**,** на прогулку собираться. До свиданья детвора. Желаю вам здоровья крепкого.

Под музыку дети уходят.