

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №39 (МБДОУ №39)
601901, г.Ковров, ул.Циолковского, д.42
Тел.:(49232) 3-21-32, E-mail: m.n.avagbe@yok33.ru
ОГРН 1033302205925
ИНН/КПП 3305018368/330501001

План-конспект занятия по физическому воспитанию с детьми 5-6 лет «Богатыри»



Инструктор по физической культуре:
Фролова Олеся Владимировна

г.Ковров, 2025г.

Вид детской деятельности: двигательная

Тема: «Богатыри»

Задачи:

1. Упражнять в ходьбе и беге, равновесии, в метании мешочков на дальность, метании мячей в цель.
2. Развивать физические качества - сила, ловкость, быстрота, выносливость; двигательные способности – скорость, координацию, быстроту реакции
3. Побуждать интерес к художественному произведению В.М. Васнецова «Богатыри» через интеграцию познавательной и физической деятельности
4. Формировать потребность в физическом совершенствовании через актуализацию знаний о богатырях-защитниках Земли Русской: Илье Муромце, Добрыне Никитиче, Алёше Поповиче, об их физической силе, духовных качествах.
5. Способствовать развитию внимания, памяти, желанию действовать в команде.

Оборудование: репродукция картины В.М. Васнецова «Богатыри» (из комплекта «Картинная галерея в детском саду» выпуск 1 «Третьяковская галерея»), мольберт; магнитофон, фонограмма «Пермская богатырская», «Богатырская сила»; пластиковые гантели (по 2 шт. на ребенка); 3 корзины с набивными мешочками, набивные мешочки с песком весом 200 г (по количеству детей); кегли (18 шт.), мячи (по количеству детей); фитбол (3 шт.), конусы (3 шт.); обручи (3 шт.), предметные картинки с изображением доспехов, оружия, одежды, снаряжения богатыря (3 комплекта); схемы-карточки физических упражнений для самостоятельной деятельности детей (1 комплект).

Предварительная работа: изучение картины В.М. Васнецова «Богатыри» в группе с воспитателем, беседы о нравственных и физических качествах богатырей в группе с воспитателем, разучивание подвижной игры «Чья команда быстрее соберется»

Место проведения мероприятия: спортивный зал МБДОУ

Ход занятия:

Этапы занятия	Хронометраж	Содержание деятельности воспитателя	Содержание деятельности детей	Примечание
1. Вводная часть				
Эмоциональный настрой на совместную деятельность	1 мин	<i>Вход детей в зал под марш «Пермская богатырская»</i> Маршировка по залу 1 круг Построение в одну шеренгу Приветствие - Посмотрите на картину. Давным-давно, когда наше государство называлось Русь и было ещё совсем маленьким, на него нападали враги, чтобы захватить земли. Кто защищал русскую землю в те далекие времена? - Конечно вы узнали эту картину, как ее название? - Первым в строю встанет тот, кто скажет автора картины «Богатыри»? - Какими качествами должен обладать человек, чтобы стать богатырем? - Предлагаю вам тоже стать богатырями и пройти самые сложные испытания.	<i>Приветствие</i> <i>Ответы на вопросы, высказывание собственных мыслей</i>	<i>Инструктор по ФК привлекает внимание к картине, которая размещается на мольберте в центре зала. Воспитатель помогает переместить картину к стене, так, чтобы она была в поле зрения детей</i>
2. Основная часть				
Ходьба, бег	4 мин	- Отправляемся на богатырские испытания. - Ходьба в колонне по одному - Ходьба на носочках руки наверх - Обычная ходьба - Ходьба на пятках руки на плечи	<i>Выполняют движение по залу под музыку в колонне по одному всей</i>	<i>Инструктор ФК следит, чтобы дети с ослабленным здоровьем</i>

		- Обычная ходьба - Ходьба с приседанием на одно колено - Обычная ходьба - Приготовились к бегу (руки согнули в локтях) - Бег обычный - Правым боком - Бег обычный - Левым боком - Бег обычный - Бег с высоким поднимаем колен - Бег обычный - Захлест голени назад, руки за спиной - Бег обычный - Обычная ходьба, восстановление дыхания (3-4 раза)	группой одновременно	выполняли только ходьбу. Воспитатель контролирует правильность выполнения движений
Общеразвивающие упражнения, комплекс с гантелями	4 мин	- Каждый богатырь, чтобы быть сильным и отважным тренировался, выполнял физические упражнения. Выполним богатырские упражнения с гантелями, инвентарь можно взять в корзине - Строимся в две колонны, девочки в первую напротив окна, мальчики в другую напротив стены - Берем гантели в обе руки. 1 куплет: - И.п. ноги врозь, круговое движение руками в бок попеременно - И.п. ноги врозь, повороты в бок попеременно Припев: - И.п. ноги вместе, руки перед собой согнуты в локтях (прыжковая часть)	Самостоятельно выбирают инвентарь. Перестраиваются в 2 колонны. Выполняют задания фронтально. Участвуют в уборке инвентаря.	Воспитатель помогает раздавать и убирать инвентарь при необходимости. Инструктор по ФК включает музыкальное сопровождение (музыкальный трек «Богатырская сила»).

		- Прыжки руки ноги в стороны - Прыжки с поочередным взмахом рук и с преставлением ног поочередно - Прыжки с поворотом в обе стороны 2 куплет: - И.п. ноги в сторону руки вперед сгибание ног по переменнo - И.п. ноги в сторону руки вперед повороты со сгибанием колена переменнo Припев: - И.п. ноги вместе, руки перед собой согнуты в локтях (прыжковая часть) - Прыжки руки ноги в стороны - Прыжки с поочередным взмахом рук и с преставлением ног поочередно - Прыжки с поворотом в обе стороны - Восстановление дыхания (3-4 раза)		Воспитатель следит за правильностью выполнения детьми упражнений, следит за осанкой детей.
Основные движения: эстафеты	10 мин	- Богатыри любили собираться вместе, чтобы и показать свою удаль и мастерство. Проведем с вами богатырские состязания. Для этого нужно разделиться на три команды-дружины. Выбор капитанов, деление на 3 команды - Капитаном дружины станет тот, кто назовет имя богатыря, изображенного на картине Васнецова «Богатыри». - Капитаны, 3 шага вперед - Капитаны поочередно будут называть имя ребенка,	Называют имена богатырей. Капитаны поочередно выбирают членов своей команды. Выполняют задания	Инструктор по ФК назначает капитанов за правильный ответ. Воспитатель помогает расставлять и убирать инвентарь, следит за

		которого хотят взять к себе в дружину. Тот, кого капитан выбрал, встает за ним в его дружину. - Каждый богатырь обладал немереной силой 1 эстафета «Метаем мешочки» - По сигналу, первые игроки в команде метают мешочек вперёд и встают в конец команды, метает следующий игрок и встает в конец команды, и так далее. Выигрывает та дружина, которая метнёт мешочки дальше. - На картине Васнецова кроме самих богатырей изображены их кони, каждый богатырь был умелым всадником. 2 эстафета «Быстрый всадник» - Необходимо по очереди проскакать на «коне» (фитболе) до конуса, вернуться и передать эстафету другому. Побеждает дружина, которая раньше всех закончит эстафету. - Каждый богатырь умел метко стрелять 3 эстафета «Сбей крепость». - Необходимо одновременно метая мячи, сбить свою крепость из кеглей. Побеждает дружина, у которой крепость будет разрушена быстрее. - Часто богатырям в своих походах приходилось решать задачи на смекалку 4 эстафета «Состязание в смекалке». - Нужно ответить на вопросы. Побеждает дружина, у	<i>эстафет.</i> <i>Участвуют в уборке инвентаря.</i>	<i>правильность выполнения заданий, ведет счет.</i> <i>Инструктор по ФК и воспитатель создают положительный эмоциональный фон, поддерживают детей.</i>
--	--	---	--	--

		которой будет больше правильных ответов - Как называется одежда богатырей, сплетенная из металлических колец? (кольчуга) - Главное оружие Соловья разбойника? (свист) - Главное оружие богатыря? (меч, палица, копье, лук со стрелами) - Головной убор богатыря? (шлем) - Змей по батюшке? (Горыныч) 5 эстафета «Собери богатыря в поход» - Необходимо из предметных картинок, разложенных на полу в обруче, выбрать те, на которых изображены предметы, необходимые богатырю в походе. Побеждает та дружина, которая быстрее и без ошибок соберет богатыря в поход. Подведение итогов, приветствие победителя эстафет.		
Подвижная игра большой подвижности «Чья команда быстрее соберется?»	3 мин.	- После хороших состязаний, богатыри любили поиграть. Поиграем в богатырскую игру «Чья дружина быстрее соберется?» Игра «Чья дружина быстрее соберется?» - Для этого дружины и капитаны дружин остаются как на эстафетах. По моему сигналу «Дружно встанем – раз, два, три! Мы теперь богатыри!» все играющие начинают ходить, по залу в разных направлениях по заданию. По сигналу «дружина стройся» капитаны команд останавливаются на том месте, где их застал		Инструктор по ФК следит за выполнением правил игры, задает разный темп и ритм движения играющим, оказывает помощь по необходимости.

		сигнал, а его дружина быстро собирается за капитаном в колонну, равняются и стоят по стойке «смирно». Побеждает та дружина, которая быстрее соберется Подведение итогов Повторение игры 2-3 раза		Воспитатель оказывает помощь, подбадривает детей.
3. Заключительная часть				
Ходьба, игры малой подвижности: «Богатырский конь», «Русь идём мы защищать»	2 мин.	- Поиграем еще в одну игру «Богатырский конь» Игра «Богатырский конь» - Для этого по моему сигналу необходимо начать свободное движение по залу. По сигналу «Конь» необходимо встать на одну ногу, руки на пояс. По следующему сигналу продолжать движение. Повторение игры 2-3 раза - Чтобы поиграть в следующую игру нужно построится в одну шеренгу на линию. Пальчиковая игра «Русь идём мы защищать» - Повторяйте за мной - 1,2,3,4,5 (пальчики «здороваются») - Русь идём мы защищать (указательный и средний пальцы одной руки идут по другой руке «ножки») - Нам поможет щит и меч (ладонь и скрещенные указательные пальцы) - Родину навек сберечь (сцепить пальцы в один кулак) Повторение игры 1-2 раза	Выполнение движений	Инструктор по ФК следит, чтобы темп ходьбы детей был спокойным, следит за осанкой Воспитатель оказывает помощь детям по необходимости.
Рефлексия		- Вот и завершились богатырские состязания. Напомните мне как звали богатырей, изображенных на	Ответы детей	Инструктор по ФК стимулирует

		картине Васнецова «Богатыри»? - Какие богатырские качества мы сегодня с вами тренировали? - Какое состязание сегодня было самое трудное для вас? - Богатыри, чтобы стать настоящими защитниками своей Родины, должны были каждый день тренироваться. Чтобы вы и в группе смогли самостоятельно заниматься, я хочу подарить вам карточки с «богатырскими упражнениями». Тренируйтесь и становитесь настоящими богатырями!	<i>Выход из зала.</i>	<i>к ответам хоровым, индивидуальным, задает наводящие вопросы по необходимости.</i> <i>Воспитатель создает положительный эмоциональный фон, помогает отвечать на вопросы, подбадривает детей.</i>
--	--	--	------------------------------	--