МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -ДЕТСКИЙ САД №6 «ЖАР-ПТИЦА»

Образовательная деятельность

по физической культуре

«Волонтёр-Блогер»

(подготовительная к школе группа)

Подготовила и провела:

Инструктор по физической культуре

Первой квалификационной категории

 Губайдуллина Румия Рамилевна

Альметьевск, 2024г.

 Цель: Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста при помощи волонтерской деятельности и технологии блогинг.

Задачи:

Образовательные:

В физическом развитии:

- совершенствовать двигательные умения и навыки на степ – платформе; учить выполнять основные шаги по степ – аэробике в игровой форме; совершенствовать навыки владения гимнастической палкой.

-совершенствовать навыки владения мячом.

В познавательном развитии:

-Закрепить счет измерения; ориентацию в пространстве.

В Речевом развитии:

- развитие речи при помощи интервью, беседы. Дать понятие о профессии блога и волонтерства.

В социально-коммуникативном развитии:

- прививать любовь к Родине, к здоровому образу жизни, к волонтерству.

В художественно-эстетическом развитии:

-выполнение ритмических движений на степ-платформе.

Развивающие:

- развивать умение анализировать, развивать самостоятельность и инициативу.

- развивать координацию движений, ловкость, гибкость, выносливость, чувство ритма, мышечную силу.

Воспитательные:

- воспитывать наблюдательность, уважительное отношение к людям разных профессий.

- вызвать положительный эмоциональный отклик, желание принимать участие в игре.

 Оборудование: степ платформы, гимнастические палки по количеству детей, большие мячи, мольберт, кольцевая лампа, свисток, корзины для мечей и палок.

Ход занятия.

Дети в спортивной форме входят в зал, строятся в шеренгу (здороваются с гостями).

 Инструктор по ФК: Здравствуйте ребята. Исэнмесез балалар. Меня зовут Румия Рамилевна. Я волонтер по Здоровому образу жизни. Кто же такие волонтеры? Как вы думаете? (Ответы детей).

Инструктор по ФК: Волонтеры – Это люди, которые делают добрые и важные дела без оплаты, помогают другим людям (детям, больным, старикам) или животным, оказавшимся в трудной ситуации. Волонтёра ещё называют добровольцем. Волонтёр всегда готов прийти на помощь тем, кто в ней нуждается.

Хотите и вы стать моими помощниками волонтерами?

Ответы детей:

Инструктор по ФК: Тогда я вас посвящаю в волонтеры. Найдите среди карточек свои имена, и наденьте себе на шею.

А еще я блогер. У меня есть свой сайт.

И сегодня я вас приглашаю в «школу блогеров».

-А кто такие блогеры? (Ответы детей).

Блогер – это человек, который делится полезной информацией с другими.

-Как блогер доносит до нас свою информацию? (Ответы детей).

- Правильно, он снимает видео и выкладывает его на своей страничке.

-А как блогер узнает, что его видео вам понравилось или стало интересным? (Ответы детей).

-Правильно, мы ставим лайки, даем свою оценку.

-Чем больше лайков, тем интереснее видео.

-Блогер может стать знаменитым за один день, благодаря вашим оценкам-лайкам.

 А как вы думаете, о чем мой блог?

Инструктор по ФК: У меня блок про Здоровый образ жизни. Я призываю всех людей России быть здоровыми. А что служат для того, чтобы быть здоровыми? (Ответы детей).

Инструктор по ФК: Я предлагаю вам записать видео для моих подписчиков. И мы с вами посмотрим, сколько же лайков мы наберем.

*Вызываю по имени одного ребенка, чтобы он включил камеру.*

*Перед каждым заданием, и после выполнения дети по очереди подходят включают и выключают камеру.*

Инструктор по ФК: Направо. Шагом Марш.

Ходьба обычная (по ходу взять палки). Выполняем упражнения под музыку. Соблюдать дистанцию.

Ходьба с остановками. Палка перед грудью. По сигналу остановиться, стать на одну ногу, палка вверх

Бег в колонне по одному с захлестом. Палка в прямых руках сзади

Ходьба с высоким подниманием колен. Касаться палки (палка в согнутых руках перед грудью).

Ходьба обычная. Восстанавливаем дыхание. Палку вверх-вдох, палку вних-выдох.

Инструктор по ФК: К степам все мы подойдём, упражнения начнём»

Степы расположены в три ряда.

ОРУ. Комплекс степ – аэробики с гимнастической палкой под музыку.

Инструктор по ФК: «Сделать нас сильней намного

 Упражнения помогут!»

Первое упражнение я вам показываю. Вначале объясняем упражнение, громко и потом выполняем, чтобы мои подписчики вас услышали. А потом предлагаю вам, кто желает показать свои упражнения на степах с гимнастической палкой.

1. «Палку вверх» И. п. : стоя на полу перед степом, руки с палкой опущены. Шаг вперёд на степ одновременно поднять руки с палкой вверх, вдох. Вернуться в и. п. (6 раз).

2. «Поставь ногу» Стоя на полу перед степ-платформой руки с палкой опущены, поставить правую (левую) ногу на степ, руки с палкой резко вверх; вернуться в и. п.

3. «Гимнаст» И. п. : о. с., шаг вправо со степа, вытянуть руки вперёд с палкой, вернуться в исходное положение; то же влево. (4 раз.)

4. «Ловкий прыгун» Прыжки, стоя боком на степе, ноги врозь - на пол, ноги вместе вернуться в исходное положение (8 раз) чередуются с ходьбой со степа на степ (2 раза).

 Ходьба на степе, поднять руки с палкой вверх (глубокий вдох через нос). Молодцы ребята, отличная работа.

Инструктор по ФК: «Дружно вместе мы идём, наши палочки кладём».

-Вы готовы идти к цели?

-Тогда приступаем к следующему заданию…

Инструктор по ФК: Ребята, а давайте посчитаем, сколько вас?

Ребята считают громко сколько их.

Ответы детей: 10.

Инструктор по ФК: Правильно 10. А можем цифру 10 поделить пополам?

Ответы да детей: Да. 5на 5.

Предлагаю им поделиться 5 на 5.

Инструктор по ФК: Теперь одна пятерка встает справа от меня, перед каждым степом, вторая пятерка встает слева о меня.

Кто стоит справа от меня, подходят берут мячики. Ну что, вы готовы выполнить первое задание?

Ответы детей: Да.

Инструктор по ФК: Ну тогда приступаем. Слушайте внимательно. Только есть одно условие, нужно задание выполнить громко, и упражнение выполнить правильно. Чтобы мои подписчики услышали, о чем вы говорите, и увидели как вы правильно выполняете.

1. Бросание мяча двумя руками от груди, друг другу, стоя на расстояние 1 м,2,5-3 м. 8-10 р. По свистку вначале правая сторона кидает мяч напротив стоящему, и говорит виды здорового питания. Потом по свистку левая сторона. И делают шаг дружно назад. Называют здоровое питание, виды спорта.

Инструктор по ФК: Ребята, говорим громко, не торопимся. Мячики держим в руках крепко, чтобы он от вас не укатился.

1. Ребята, скажите пожалуйста, что такое ГТО? Кто-нибудь слышал это слово? ГТО – расшифровывается как Готов к труду и обороне, а еще-это спорт. ГТО-это спортивная подготовка и спортивные испытания.

 Инструктор по ФК: Испытания у каждого возраста разные. А как вы думаете, какие же это испытания? Затрудняетесь ответить?

Три испытания. (прыжок в длину с места, подъем туловища из положения лежа, и наклон вперед).

 Инструктор по ФК: Сегодня мы проведем с вами только одно испытание. Это наклон вперед из положения стоя. Это испытание вам знакомо? Давайте попробуем его выполнить! Встаем на степ, ноги стоят на ширине плеч удобно. Необходимо наклониться как можно ниже. Выполняем пружинящий наклон два раза, на третий раз замираем ненадолго, чтобы узнать свой результат. Оцениваем себя сами в парах. И результат прописывают на мольберте на листочке!

 Вы большие молодцы, замерили у всех результат и записали их. Теперь мои подписчики тоже увидят, какие у вас результаты хорошие.

 Инструктор по ФК: А теперь я вам предлагаю выполнить дыхательные упражнения. Перед вами волшебные трубочки с шариками. Вам нужно в паре стоять, у дуть в эти трубочки, но не только дуть, а еще посмотреть у кого выше поднимается шар, и у кого он не падает.

Пока ребята в парах выполняют задание, первую пару вызываю к себе беру у них интервью, и предлагаю сказать пожелание моим подписчикам.

Вопросы для детей для интервью:

1. Понравилось ли тебе занятие? Пожелание.
2. А ты часто играешь или смотришь видео в телефоне? Пожелание.
3. А ты занимаешься спортом? Пожелание.
4. А кто такой волонтер? Пожелание.
5. Как ты считаешь, кто такой здоровый человек? Пожелание.
6. Какие бывают вредные привычки? Пожелание.
7. А ты питаешься правильно? Пожелание.
8. Какие бывают витамины? Пожелание.
9. Сколько времени ты сидишь за компьютером или ноутбуком в день? Пожелание.
10. Если бы у тебя был свой блог, о чем бы он был? Пожелание.

Инструктор по ФК: Супер. Вы каждый заслуживаете от меня большой и цветной лайк, в память о нашей сегодняшней встрече.

ФОТО НА ПАМЯТЬ.