

скутки. Это будут первые образцы нашей групповой коллекции тканей! Согласны?

*Воспитатель показывает подготовленный альбом для образцов.*

### VIII. Рефлексия «Лен цветет!».

Я предлагаю вам полюбоваться на цветущее поле льна! Каждый из вас положит фишку с изображением

цветков льна на макет поля, если узнал новое о растениях; сумеет рассказать об отличиях льна и хлопка; научился скручивать нити; получилось окрасить ткань; сможет научить этому маму, сестру, бабушку.

*Воспитанники выкладывают фишки, рассматривают макет, любят его.*

*Дата поступления в редакцию: 15.02.2024*

## ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ СТАРШЕЙ ГРУППЫ – ПЕШАЯ ПРОГУЛКА-ПОХОД В ПОЙМУ РЕКИ ВИТЬБА – ПО ТЕМЕ «СЛАВА ГЕРОЯМ ВОЙНЫ»

*Яновская Наталья Федоровна*

**Задачи:** повышать общую работоспособность и выносливость организма в процессе увеличения объема, интенсивности и разнообразия физических нагрузок; закреплять и совершенствовать жизненно важные двигательные умения и навыки, элементы двигательных действий в спортивных упражнениях, спортивных играх; совершенствовать культуру движений в естественных природных условиях, обогащать двигательный опыт детей; вырабатывать навыки правильной осанки, выполнять упражнения для её закрепления; расширять и обогащать знания детей о родном городе, его памятных местах, о празднике – Дне Победы.

**Оборудование и инвентарь:** цветы для возложения к памятнику; туристические коврики (по 1 на 2 детей); обручи (8 шт.); деревянные спицы (10 шт.); рюкзаки; мячи разной величины (10 шт.); фляжки с чаем; шишки, желуди, каштаны; маленькие пластиковые цветные кольца; веревки длинные 3–4 м (2 шт.), веревки короткие 50–60 см (на каждого ребенка); бревно; жилеты, красные флажки (по 2 шт.); деревянные маленькие палки (10 шт.).

**Общее расстояние:** 3,5 км.

**Продолжительность:** 2 часа 30 минут.

**Место проведения:** берег реки Витьба (памятник жертвам фашизма).

### I. Организационное начало.

Ребята, какой праздник мы будем отмечать 9 мая? Почему он так называется? Что такое армия? Для чего нужна армия? Кто служит в армии? *(Ответы детей)*.

Молодцы, ребята! Вы всё правильно сказали. Четыре с половиной года длилась Великая Отечественная война. Огромные пространства полей, где выращивался хлеб, во время войн были изрыты траншеями, воронками, были покрыты пожарищами. В руины превратились многие города и сёла. Неисчислимы жертвы, вызванные боями и сражениями. Защищая свою родину, солдаты и командиры сражались смело, решительно, не жалея сил.

Дети, подскажите какой праздник в честь воинов и всех людей, кто помогал им воевать в Великой отечественной войне, кто сеял хлеб, лечил раненых, отме-

чает наша страна? *(Ответы детей)*.

Ребята, а как люди хранят память о героях войны? *(Ответы детей)*.

О них написаны песни и стихи, нарисованы их портреты, в честь них названы улицы городов, поставлены памятники.

Какие памятники героям войны вы знаете? *(Ответы детей)*.

Ребята, сегодня, накануне праздника День Победы мы отправляемся к памятнику «Жертвам фашизма», возложить цветы. Но сначала давайте ознакомимся с маршрутом. *(Дети вместе с педагогом изучают маршрут, собираются в путь)*.

### II. Движение по разработанному маршруту.

**Первый переход:** по дороге детям предлагается запомнить дорогу, еще раз осмотреть детский сад со стороны.

**Первый привал:** руководитель физического воспитания интересуется самочувствием детей, рассказывает о дальнейшем маршруте.

**Второй переход:** после непродолжительной ходьбы предложить детям легкий бег, пройти по бордюру (со страховкой взрослого).

**Игра на внимание «Смена ведущих»:** дети движутся в колонне по одному. Ведущий называет имя ребенка, который должен бегом занять место направляющего.

**Второй привал:** дети присаживаются на туристические коврики, отдыхают. Обращают внимание на то, как украшен город к празднику.

**Игра-упражнение «Послушаем звуки города»:** закрыть глаза, вслушаться в звуки города и описать, что услышал.

**Третий переход:** ходьба чередуется с легким бегом (спуск с пригорка), ходьба с высоким подниманием колен; взбежать на пригорок, подпрыгнуть до веточки с листочком, ходьба по широкой и узкой дорожке, бег между деревьями, ходьба по сваленному дереву.

Вместе подходят к памятнику, поднимаются по ступенькам. Дети возлагают цветы. Педагог предлагает почтить память погибших минутой молчания. Затем продолжается движение по маршруту.

## III. Длительный привал.

Ребята, предлагаю создать боевой отряд, который проведет ученья в полевых условиях. Вы согласны? Какими должны быть будущие защитники Родины? (Ответы детей).

Тогда мы проведем свою тренировку, а я буду вашим командиром. Отряд, стройся! Направо, шагом марш!

### Ход занятия

#### I. Вводная часть (5 мин.).

1. Ходьба по площадке в колонне по одному.
2. Перестроение через центр по двое противоположно направо-налево.
3. Через центр в колонне по одному.
4. Ходьба на носках, руки в стороны.
5. Ходьба на пятках, руки согнуты в локтях.
6. Легкий бег в колонне по одному.
7. Боковой галоп правым и левым боком.
8. Бег с высоко поднятыми коленями.
9. Упражнения на восстановление дыхания.
10. Ходьба в полуприседе, руки вытянуты вперед.
11. Бег с поворотом вокруг себя на сигнал.
12. Упражнения на восстановление дыхания.

#### II. Основная часть.

*Чтобы ловкими, сильными стать,*

*Надо прыгать и скакать*

*Тренировку проведем*

*Веревочки скорей возьмем.*

По ходу движения возьмите веревки (длина 50–60 см) и перестройтесь в три колонны.

*Комплекс общеразвивающих упражнений с веревкой.*

1. Исходное положение – основная стойка, веревка внизу натянута.
  - 1 – веревка на грудь;
  - 2 – веревка вверх;
  - 3–4 – исходное положение (7–8 раз).
2. Исходное положение – узкая стойка, веревка внизу.
  - 1 – полуприсед, веревка вертикально, правая рука вверх;
  - 2 – исходное положение.
  - 3–4 – то же другой рукой (7–8 раз).
3. Исходное положение – стойка ноги врозь, веревка впереди.
  - 1 – повернуть туловище направо, натянуть веревку;
  - 2 – веревку за голову;
  - 3 – положение счета 1;
  - 4 – исходное положение.
  - 5–8 – то же в другую сторону (5–6 раз).
4. Исходное положение – широкая стойка, веревка внизу сзади.
  - 1 – наклониться, отвести руки назад;
  - 2 – исходное положение (7–8 раз).
5. Исходное положение – узкая стойка, веревка внизу.

1 – согнуть левую ногу вперед, колено к груди, захватить веревкой голень;

2 – исходное положение;

3–4 – то же другой ногой (7–8 раз).

6. Исходное положение – узкая стойка, веревка внизу.

1 – присесть, захватить веревкой голени;

2 – исходное положение (7–8 раз).

7. Исходное положение – стойка боком к веревке, веревка на земле.

Перепрыгивать вправо-влево через веревку (2 подхода по 8–10 раз).

8. Исходное положение – стойка, руки на поясе, веревка на земле.

Перешагивать через веревку вперед и назад с высоким подниманием колен (10 раз).

*Основные движения.*

Продолжаем тренировку. Направо, сомкнулись, в обход по площадке шагом марш. Делимся на команды с помощью шишек, желудей, каштанов.

#### 1. Обычная ходьба по кругу.

#### 2. Работа по станциям (по четыре ребенка).

1-я станция – «Трясина»: деревянные спилы установлены на расстоянии 30 см друг от друга. Дети передвигаются по ним, не касаясь земли, обратно перепрыгивают веревку вправо-влево (40 с).

2-я станция – «Меткий бросок»: напротив каждого ребенка обручи (или ямки) на расстоянии 2 м, у детей – шишки, мячи. Бросание мяча в цель правой и левой руками (40 с).

3-я станция – «Переправа» – ходьба по бревну, руки в стороны, в одну сторону, обратно перешагивание через обруч, вращая его в вертикальной плоскости (40 с).

Дети по команде переходят на следующую станцию. После прохождения одного круга проводится игра малой интенсивности.

3. **Подвижная игра малой интенсивности «Перенос снарядов»:** участники строятся цепочкой на расстоянии друг от друга. На одном конце цепи ставится рюкзак с мячами разной величины, на другом конце – пустой рюкзак. По команде все передают «снаряды» другому концу цепи.

4. **Дети повторно проходят по станциям один круг, по 40 с на каждой станции.**

5. **Подвижная игра «Минное поле»:** на поляне разбросаны маленькие кольца. По команде дети бегают по поляне разными видами бега (подскоки, легкий бег, боковой и прямой галоп), по сигналу быстро берут одно кольцо и вращают на запястье («обезвреживают мины»).

Упражнение на восстановления дыхания.

#### III. Заключительная часть.

3.1. **Подвижная игра малой интенсивности «Нос, нос, нос, лоб».**

Дети свободно располагаются на поляне.

*Ведущий говорит: «Нос, нос, нос, лоб». На три первых слова ведущий дотрагивается до носа, а на четвертое слово вместо лба дотрагивается до другой*

части тела. Игроки должны делать все, как говорит ведущий, а не так, как он делает. Кто ошибается, выбывает из игры.

А сейчас самое время сделать отдых. Все дети присаживаются и пьют чай из солдатских фляжек. Читают стихи о войне, празднике Победы и т.д.

Закончилась наша тренировка. Вы показали свою смелость, ловкость, выносливость, силу. Вы растете сильными и отважными, чтобы в трудную минуту встать на защиту нашей Родины.

### **3.2. Самостоятельная деятельность детей.**

Руководитель физического воспитания предлагает поиграть в игры по желанию детей. Проводятся игровые упражнения «Кто дальше прыгнет», «Что там далеко», «К названному дереву, беги!».

Ребята, у многих из вас есть прабабушки и прадедушки, которые воевали. Не забудьте поздравить их с праздником. Им будет очень приятно, что все мы помним о великой Победе.

### **IV. Возвращение в детский сад.**

*Дата поступления в редакцию: 15.02.2024*