

## **Конспект физкультурного досуга для детей старшего дошкольного возраста на тему: «Великий мир профессий»**

*Разработала инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №36» г. о. Самара Чаденкова Наталья Владимировна.*

**Цель:** Совершенствование двигательных навыков через игру.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- продолжать развивать физические качества: ловкость, быстроту, глазомер, умение ориентироваться в пространстве;
- продолжать учить выразительно, согласованно и ритмично выполнять упражнения по музыку;
- закреплять знания детей о различных профессиях, расширять кругозор детей.

**Оздоровительные:**

- продолжать работу по формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия.

**Воспитательные:**

- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение поддерживать партнёра, работать в команде;
- формировать потребность в активном спортивном отдыхе.

**Оборудование:** обручи – 4 шт.; стойки – 4 шт.; конусы – 4 шт.; кубики по количеству детей – 16 шт.; лестница – 2шт.; самокаты - 2 шт.; метёлки- 2 шт.; корзинка 4шт.; модули – 16 шт.; мастерок – 2 шт.; машинки – 2 шт.; крышки -16 шт.; ( 2 - коробки, 2 - корзинки, 2 - картинки, 2 – маленькие собачонки, 2 – сумки, 2 – картонки ); черешня – 56 шт.; бусинки – 56шт; картинки с

изображением людей разных профессий и предметы, связанные с их профессией, музыкальный центр, подборка музыкальных произведений (для выполнения О.Р.У., О.В.Д., игр), ноутбук.

***Инструктор:***

- Здравствуйте дорогие ребята и уважаемые гости!
- Сегодня я хотела бы предложить вам, путешествие в мир профессий.
- Ребята, как вы думаете, что такое профессия? (*Ответы детей*).
- Да, ребята это такое дело, которым занимаются каждый день взрослые, она полезна для других людей. Когда вы подрастаете, вам нужно будет выбрать профессию для себя. И каждая профессия очень важна. А вам хотелось бы на какое-то время стать взрослыми?

*Ответы детей.*

***Инструктор:***

Приглашаю всех мальчиков и девочек попробовать себя в роли людей разных профессий. И принять участие в эстафетах. Но для того, чтобы освоить любую профессию нужно быть сильными, выносливыми и ловкими. А это достигается при помощи тренировок. Предлагаю взять с собой внимание, смелость, быстроту, смекалку и хорошее настроение.

- Вы, не против?

*Ответы детей.*

***Инструктор:***

Начнем наш путь с веселой разминки **«Строители»**

Содержание НОД	Дозировка	Организационно-методические указания
<b>I. Построение в шеренгу</b> Ходьба на носках, кубики в руках вверху;	25с	Руки прямые, голову не опускать
ходьба на пятках, руки с кубиками в сторону;	25 с	Лопатки соединить
ходьба одна нога на пятке, другая на носке, правая рука с кубиком вверх, левая в сторону;	25 с	Голову не опускать

<p>с высоким подниманием бедра, коснуться кубиками под коленом;</p> <p>выпад вперед, руки с кубиками правая вперед, левая в сторону</p> <p>Бег: в среднем темпе;</p> <p>с захлестыванием голени, руки с кубиками к плечам;</p> <p>боковой галоп, круговое движение предплечьями вправо, влево;</p> <p>обычный бег;</p> <p>заключительная ходьба;</p> <p>перестроение в три колонны, через середину</p>	<p>25 с</p> <p>25 с</p> <p>30 с</p> <p>25 с</p> <p>25с</p> <p>25 с</p> <p>25 с</p>	<p>Спина прямая</p> <p>Руки прямые</p> <p>Дышать носом</p> <p>Следить за осанкой, кубики в согнутых руках</p> <p>Мягкое приземление на носки, руки согнуты в локтях</p> <p>Убрать кубики</p> <p>Дети перестраиваются и вытаскивают из мешочка одну резинку, одевают ее на руку.</p>
<p><b>II. Общеразвивающие упражнения «Фермер»</b></p> <p>Ребята, хотели бы вы выучить новую, музыкально - ритмическую разминку «Фермер»? И познакомиться с представителями этой фермы?<i>(Ответы детей).</i></p> <p>Ну как догадались, кто живет на ферме? Перестроение в одну колонну.</p> <p><i>Инструктор:</i> молодцы, ребята. Сейчас я предлагаю разделиться на команды по цветам (посмотрите на свою резинку, какого она цвета и подойдите к конусу с таким же цветом), чтобы совершить путешествие по станциям профессии.</p> <p><b>III. Основные движения</b></p> <p><i>Инструктор.</i> Во время, каждой эстафеты дети принося, по одному элементу картинки к финишу.</p>	<p>1раз</p>	<p>Название команды по цвету («Синие», «Зелёные»)</p>

Собирают её и отгадывают, какая профессия ждёт их дальше.  
Вот вам первая подсказка (показать картинки - предметы связанные с этой профессией). О какой профессии идет речь?

**Дети:** «Шахтёр».

1-я эстафета «Шахтёр».

Проползти в тоннеле до конуса. Возле конуса лежит разрезанная картинка взять одну часть картинки и вернуться обратно. Подлезть под обруч перенос центра тяжести с одной ноги на другую. Передать эстафету, дотронуться до следующего участника. Команда собирает картинку целиком.

**Инструктор:** Правильно дети, пожарные тушат пожар, спасают людей. Попробуем свои силы в этой профессии.

2-я эстафета «Пожарный».

Первый участник добегают до лестнице лежащей на полу, проходит по ней наступая на каждую рейку и держится руками с боков, дойти до конуса взять одну детальот машины и вернуться обратно, перешагивая через «кирпичики» модули. Передать эстафету дотронуться до следующего участника. По окончанию эстафеты. Команда собирает машинку.

3-я эстафета «Водители».

Ребенок едет на самокате, объезжает конусы. На конусы прикреплены, части картинки. Нужно снять оду часть объехать все препятствия и вернуться обратно. Передать эстафету. Собрать картинку.

4-я эстафета «Строители»

Первый ребёнок берёт «кирпичик» модуль, добегают до стойки. Берёт

Выполнить группировку стоя. Какая профессия – пожарник.

Не пропускать реек, не спрыгивать. Собрать машинку. Какая это профессия. Автомеханик. Хотите быть водителем? Тогда в путь.

Конусы не сбивать. Собрать картинки с предметами строителя.

Строят дом. Выкладывают картинку.

<p>мастерок, наносит (цемент) на кирпич. Оставляет мастерок. Забирает элемент картинки. Возвращается, передаёт эстафету.</p> <p>5-я эстафета «Грузчик»  Дети стоят в шеренге. Первый игрок достаёт предметы из корзинки и передаёт следующему по цепочке. Последний игрок складывает в корзину.  <b>Инструктор:</b> показывает предметы другой профессии. Ребята догадайтесь, о какой профессии идет речь. (<b>Ответы детей</b>). Правильно – дворник.  Дворник делает чище улицы. Ребята, а вы как думаете, сможете справиться с такой работой? Попробуем?</p> <p>6-я эстафета «Дворник»  Первый участник идёт шагом подметает перед собой мусор (крышка от бутылки) до конуса. Возле конуса лежит совок, взять совок и замести мусор на совок выбросить его в ведро. Обрато бегом. Передать эстафету метёлку.</p> <p>Ребята, вы хотите поиграть? (<b>Ответы детей</b>). Игра тоже командная. Только мы разделимся на команды: девочек и мальчиков. Согласны?</p> <p><b>Подвижная игра «Мамины помощники».</b>  На полу лежат: черешня и бусинки. Задача детей собрать их стопами ног: правой и левой ногой, без помощи рук в ведерки. Чья команда соберёт свои предметы быстрее.</p> <p>Подведение итогов НОД.  <b>Инструктор.</b>  - Ребята, вот и завершились наши эстафеты по профессиям. Вы справились со всеми заданиями. Что больше всего вам понравилось? Давайте вспомним их названия. Кем бы вы хотите стать.</p>	<p>4 мин</p> <p>2 мин</p>	<p>Профессия грузчик</p> <p>Предмет не должен упасть.</p> <p>Раздать каждому ребёнку крышку от бутылки.</p> <p>Ведерко стоит на полу. Вариант игры: можно собирать предметы, в упоре сед.</p> <p>Сюрпризный момент для детей.</p>
--	---------------------------	---

*Ответы детей.*

***Инструктор.***

Ребята, вы можете прийти в группу и нарисовать себя взрослым, кем бы хотите стать. Очень много профессий на свете и они все нужны.

Все профессии важны,  
Все профессии нужны!

- Спасибо, ребята. До новых встреч!

Пожарные



Шахтёр



кирка

## Водитель



## Строитель



## Грузчик



## Дворник

