

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому развитию детей №29 «СИБИРЯЧОК»

# От первобытных далей – к олимпийским медалям!

Разработала инструктор  
по физической культуре  
высшей  
квалификационной категории  
Орлина Надежда  
Константиновна

г. Зеленогорск  
2014 год

- **Цель:** развитие двигательной активности детей.
- **Задачи:**
  1. Формировать у детей представления о первоначальных спортивных навыках первобытного человека.
  2. Закрепить умение выполнять ритмичные движения под музыку.
  3. Совершенствовать навыки детей в метании, ползании, подлезании, перелезании через препятствие, прыжки на двух ногах (через модули).
  4. Воспитывать чувство коллективизма.
- **Цель саморазвития:** использование в педагогической практике современных информационно-компьютерных технологий.

- Демонстрационный материал: слайды по теме, рисунки детей с изображением первобытного человека, племени, жилища.
- Раздаточный материал:
- **Костюмы:**  
элементы одежды, сделанные из искусственного меха, ожерелья, маски, амулеты.

### **Оборудование для выполнения основных движений:**

1. веревка,
2. скамья (высота 35 см),
3. наклонная доска (ширина 20 см) - 2 шт.
4. дуга (высота 40 см и 60 см) – 4 шт.
5. прямоугольные мягкие модули – 4 шт.
6. мешочки (100 гр.) – по количеству детей;
7. плоскостные кольца – 8 шт.

### **Атрибуты:**

1. 2 куса ткани для укрытия (2м х 2м)
2. фигуры диких животных – по количеству детей
3. рыбки – по количеству детей, 2 обруча (озеро)
4. удочки – 2 шт.
5. костер (ветки и ленты)
6. факел

- Технические средства обучения: музыкальный центр, проектор, ноутбук.



# Предварительная работа

<b>Формы работы</b>	<b>Ответственные</b>
Подбор литературы, наглядного материала, музыкальных произведений.	Участники проекта
1.Беседа о строении человека и животного. 2. Проведение НОД с детьми по ознакомлению с окружающим миром на тему «Жизнь первобытных людей» 3. Экскурсия в ММВЦ. Тема «Юный археолог»	Воспитатели
4.Художественно-творческая деятельность с детьми. Изготовление коллективных работ «Первобытные люди» для оформления зала.	Воспитатель ИЗО
5.Изготовление совместно с родителями масок, повязок и украшений для ритуального танца.	Воспитатели, родители
6.Проведение совместной музыкальной деятельности с детьми. Тема «Музыка моего тела. Такие похожие и непохожие музыкальные инструменты»	Музыкальный руководитель, воспитатель
7.Создание презентации «Жизнь первобытных людей»	Старший воспитатель
8.Оформление спортивного зала.	Инструктор по физической культуре

# Программное содержание

Виды двигательной деятельности	Содержание образовательной области «Физическая культура»	Интеграция		Формы индивидуального взаимодействия
		Образовательная область	Содержание	
Общеразвивающие упражнения	<p><b>Игровые упражнения «Подготовка к охоте»</b>                      Ходьба, согнувшись.                      Ритуальный танец (ритмичные движения под музыку)                      Подрезание под веревкой.                      Прыжки через веревку.</p>	<p>Познание</p> <p>Коммуникация</p> <p>Музыка</p>	<p>Рассматривание слайда с изображением древнего человека.                      Беседа по содержанию.                      Комментарии к слайдам                      Выполнение движений под музыку.</p>	Отслеживание положения тела при выполнении упражнений.

## Основные движения

### Игровая ситуация «Охота на диких животных» 1 задание «Выслеживание животных. Засада»

- Ходьба по наклонной доске (высота 35 см, ширина 20 см);
- Перелезание через модули с опорой на ладони (правым, левым боком);
- Ходьба в полном приседе, руки на коленях.

### 2 задание «Охота»

- Ползание  
«по-пластунски»  
(передвижение вперед с помощью рук и ног)
- Метание  
в горизонтальную цель.  
Исходное положение – стоя.

### 3 задание «Рыбалка»

- Прыжки через модули на двух ногах;
- Игра «Поймай рыбку»
- Прыжки на двух ногах по ориентирам

### Возвращение в пещеру.

- Подрезание под дугами с опорой на ладони и колени в плотной группировке правым и левым боком.

## Безопасность

Показ безопасной ходьбы по наклонной доске.

Показ техники метания мешочка в цель.

Контроль над правильностью выполнения упражнения.

Танец	Ритуальный танец с использованием звучащих жестов.	Музыка	Выполнение ритмичных движений под музыку с использованием звучащих жестов.	
Мало-подвижная деятельность		Коммуникация	Заключительная беседа по теме проекта	

# Конспект

## 1 часть

- **Инструктор:** Ребята, сегодня нас с вами ждут удивительные приключения. *Звучит гонг. Гаснет на несколько минут свет. Музыка*
- 1 слайд – занятия первобытных людей.
- **Инструктор:** - Давным-давно это было. На нашей зелёной и цветущей планете, где уже жили разные животные и птицы, появился человек. Откуда он появился? Произошёл ли от обезьян, прилетел ли из космоса – мы не знаем. Но он всё-таки появился.  
И был он вот такой, наш далёкий предок.
- 2 слайд - изображение первобытного человека.
- **Инструктор:**- У человека не было ни острых зубов, ни когтей, он не умел летать, но он был быстрым, ловким и сообразительным.
- **Инструктор:**- Вот бы нам побывать в том времени.  
*(Дети поддерживают идею)*
- **Инструктор:**- Дети давайте превратимся в первобытных людей.  
*( Дети наряжаются)*



- 3 слайд - осанка древнего и современного человека.
- **Инструктор:**- Дети, посмотрите, какая была осанка и походка у первобытного человека. Я предлагаю пройтись как первобытный человек, наклониться немного вперед и опустить плечи вниз.
- *Дети имитируют походку древнего человека, ходят, согнувшись, опустив руки вниз и наклонив плечи вперед*
- **Инструктор:** - Ребята, вам удобно так ходить? (Ответы детей)
- **Инструктор:** Я предлагаю выпрямить спину и пройтись по залу прямо.  
*Ходьба по залу в среднем темпе.*
- **Инструктор:** - Дети, скажите, что нужно было человеку, чтобы выжить?
- **Инструктор:** - Конечно, ему нужна была вода, еда и жилище. Попить он мог из речки или ручейка. Что же он ел? (Ягоды, фрукты, траву, мясо...)  
А где он мог жить? (В пещере...)
- 4, 5 слайд – жилище древнего человека
- **Инструктор:** - Перед тем, как отправиться добывать пищу, первобытные люди проводили ритуальный танец.
- 6 слайд – ритуальный танец.
- **Танец по показу**  
*(выполнение ритмичных движений под музыку)*
- **Инструктор:** - Предлагаю разбиться на два племени (расчет на первый, второй). Придумайте название племени.



## Часть 2

- **Инструктор:** - Сейчас мы с вами отправляемся на охоту, должны поймать мамонта, тигра, медведя и другого зверя. Сначала надо найти тропинку, по которой животные ходили на водопой.

### **1 задание «Выследи животное и устрой засаду».**

- *По команде дети идут по наклонной доске руки в стороны, перелезают через препятствия (правым, левым боком) и собираются в укрытии. Находясь в засаде, ребята выполняют подготовительные упражнения: ходьба в полуприседе, отжимание от пола, группировка на расслабление*
- *Звучит музыка, слышны голоса животных.*
- *В это время расставляются фигурки животных и раскладывают мешочки.*
- **Инструктор:** - Ребята, животные пришли на водопой, пора нам с вами отправляться на охоту.

## 2 задание. Эстафета: «Охота на животных».

*Показ и объяснение задания:*

*Дети передвигаются вперед с помощью рук и ног (попластунски) до линии, встают, берут в руки мешочек, из исходного положения «стоя» на одном колене, целятся в силуэт животного, выполняют метание в цель.*

*При попадании возвращаются с добычей (фигурки животного).*

*(Объявить самых метких охотников).*

- **Инструктор:** - Забираем добычу. Кто у нас попался в ловушку? (*Дети отвечают Мамонт, тигр, медведь и т.д.*)

- Хорошая добыча! Но ведь первобытный человек питался не только мясом. Что он еще употреблял в пищу?

*(Дети называют: ягоды, фрукты, корни растений, рыбу.)*

- Нам пора отправляться на рыбалку.

### **3 задание. Эстафета «Поймай рыбу»**

*Дети прыгают на 2 ногах через модули и ловят рыбу в озере, берут рыбу и перепрыгивают из колечка в колечко, и остаются на другой стороне зала с пойманной рыбой.*

- **Инструктор:** - Ребята, охота и рыбалка удались. А теперь нам пора возвращаться в свое жилище, нам с вами предстоит пройти по горной тропинке. Через узкие ущелья.
- *(Дети встают друг за другом в колонну, подлезают на четвереньках под дугами, пролезают в тоннель, возвращаясь в пещеру.)*
- **Инструктор:** - Вот мы и добрались с вами до нашего жилища, кладите добычу возле костра. После удачной охоты первобытные люди устраивали праздники. Они наряжались, танцевали свои ритуальные танцы, которые состояли из простых движений и звучащих жестов. Ребята, какие звучащие жесты вы знаете?

*(Повторяют жесты вокруг костра).*

**Танец: «Ритуальный первобытный танец»**

## Часть 3

**Инструктор:** - Дети, проходите, садитесь возле костра. Вот и закончилось наше с вами первобытное приключение. Сейчас погаснет свет, а когда он снова зажжется, мы станем мальчиками и девочками, живущими в нашем мире.

*(Звучит музыка, дети снимают с себя ожерелья).*

**Инструктор:** - Ребята, вам понравилось наше путешествие во времени?

*Дети: «Нам было очень интересно».*

- Что вы чувствовали, когда проходили испытания?

*Дети: «Было интересно побывать первобытными людьми»*

- Как вы думаете, трудно было выжить первобытному человеку?

*Дети: «Да».*

- Действительно, много сил уходило на поиски пищи.

- Что мы сегодня делали для того, чтобы добыть пищу?

*Дети: «Прыгали, ползали, метали, бегали».*

- Действительно, много сил уходило на поиски пищи. Охота на зверей, защита от врагов были связаны с бегом, прыжками, ползанием, плаванием, метанием. У человека вырабатывались первые спортивные навыки.

- О дальнейшем стремлении человека заниматься спортом мы поговорим с вами на наших следующих встречах. Вместе с нами будет путешествовать и огонь, зажженный миллионы лет назад первобытным человеком. Этот огонь приведет нас к факелу самых главных спортивных соревнований – факелу Олимпийских игр. До скорой встречи!

*Инструктор «зажигает» символический факел от костра и передает его детям. Они передают факел друг другу и отдают воспитателю.*



# Список литературы

1. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.- М.: Издательский центр «Владос», 1999г. -41с.
2. Горохова Л.А., Макарова Т.Н. Музыкальная и театрализованная деятельность в ДОУ: Интегрированные занятия/ Под ред. К.Ю.белой. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 64с. - (Программа развития)
3. Блинова Г.М. Познавательное развитие детей 5-7 лет. Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2010. - 128с. (Вместе с детьми)
4. Энциклопедия знатока. Первобытный человек. - М.: "Махаон", 2007г.