**МБДОУ Детский сад «Ласточка».**

**План-конспект мастер-класса**

*«Волшебное путешествие на остров Здоровья».*

Воспитатель: Горшкова Т.М.

2024г

**Цель**

Формировать представление о здоровом образе жизни через игровую деятельность.

**Задачи НОД:**

1. **Образовательные:**
   * Познакомить детей с понятием «здоровье».
   * Обучить простым физическим упражнениям.
2. **Развивающие:**
   * Развивать координацию движений, ловкость, и умение ориентироваться в пространстве.
   * Укрепить мышцы ног, рук и спины.
3. **Воспитательные:**
   * Воспитывать интерес к физической активности.
   * Формировать дружелюбное отношение, умение действовать сообща.

**Возрастная группа:**

* дети младшей группы (3–4 года).

**Материалы и оборудование:**

* Обручи, кубики, мягкие модули.
* Корзинки с «фруктами и овощами» (игрушки или муляжи).
* Музыкальное сопровождение (весёлая и спокойная музыка).
* Большая игрушка или кукла (в роли «хозяина острова»).

**Структура занятия:**

**1. Целеполагание *(5 минут) /водная часть/***

1. *Приветствие*:
   * Воспитатель: «Здравствуйте, ребята! Сегодня мы отправимся в путешествие. Нам нужно помочь жителям острова Здоровья стать сильными и здоровыми! Но чтобы туда добраться, придётся пройти через различные препятствия. Вы готовы?»
2. *Разминка: (ОРУ)*
   * «Собираем рюкзак» (имитация движений: наклоны вперёд, руки вверх – «берём карту», шаги на месте – «идём к паровозику»).
   * «едим на паровозике», -(имитация движений: согнутые в локтях руки, топанье ножками)

**2. Основная часть *(20 минут)***

***Сюжет*:**  
Дети «путешествуют» на остров Здоровья, где на каждом этапе выполняют задание.

1. **Станция «Длиная тропинка» *(5 минут):***
   * Задача: пройти по извилистой дорожке (ленты или мягкие модули на полу), удерживая равновесие
   * Слова воспитателя: «Аккуратно, не упадите! на тропинке много камней».
2. **Станция «Волшебные деревья» (5 минут)**
   * Задача: пролезть через «ветки» деревьев (обручи, лежащие на полу) и перепрыгнуть через «корни» (скакалку).
   * Воспитатель: «Осторожно, здесь волшебные деревья, не трогайте их ветки!»

***Физкультминутка****:* «Волшебный ветерок» (медленные взмахи руками, как будто обдуваем себя ветром).

1. **Станция «Поляна витаминов» (5 минут):**
   * Задача: Собрать «фрукты и овощи» (игрушки) и перенести их в корзинку.
   * Вариант: Переносить по одному предмету, бегая туда-сюда.
   * Воспитатель: «Чтобы жители острова были здоровыми, давайте соберём для них полезные продукты!»
2. **Финал: «Остров здоровья» (5 минут):**
   * Дети подходят к «хозяину острова» (кукла). Он благодарит их и угощает всех игрушечными медалями (символические награды).

**3. Заключительная часть (5 минут)**

1. Рефлексия:
   * Вопросы: «Что вам больше всего понравилось? Было ли трудно?»
   * Похвала каждому ребёнку: «Какие вы молодцы, настоящие путешественники!»

**Методика проведения:**

1. **Игровой подход:** Каждое задание подаётся в виде игрового сюжета.
2. **Простота:** Задания адаптированы для младшего возраста детей, с акцентом на безопасность.
3. **Динамика:** Частая смена активности, чтобы удержать внимание детей.
4. **Эмоциональная поддержка:** Постоянная похвала и улыбки для создания положительного настроя.

**Список литературы для подготовки:**

1. **Белоусова Л.И.** *«Физическое развитие дошкольников»*. – Практическое пособие для воспитателей.
2. **Бутенко И.С.** *«Игровые формы физкультурных занятий»*. – Издательство «Просвещение», 2018.
3. **Кононова Н.М.** *«Физическая культура для дошкольников»*. – Методические рекомендации для младших групп.
4. **ФГОС ДО** – *Программа физического воспитания детей дошкольного возраста*.
5. **Подвижные игры для малышей** / Под ред. Е.А. Аркин. – Москва, 2020.