**М БДОУ Углегорский д/с « Вишенка»**

**воспитатель Галько М.В.**

**Конспект НОД по физкультуре в средней группе «Физкультура для зверят»**

**17 ноября 2015г**

**Интеграция образовательных областей**: физическая культура, коммуникация, здоровье, музыка.

**Виды детской деятельности**: двигательная, коммуникативная, познавательная.

**Цель:** закрепление у детей основных видов движений и развитие творческих способностей, через использование подвижных и малоподвижных игр.

**Задачи:**

**Образовательные: -**Учить детей быстро реагировать на сигнал воспитателя.

- Продолжать учить детей мягко приземляться на 2 ноги при перепрыгивании через предметы.

-Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы.

**Оздоровительные:** -Укреплять осанку детей.

- Повышать работоспособность детского организма, выполняя ритмические упражнения.

**Воспитательные:**- Воспитывать потребность к ежедневным занятиям физкультурой.

**Планируемые результаты**: дети стараются в сочетании с музыкальным сопровождением (под бубен) выполнять ритмические упражнения, умеют ходить под речитатив, мягко приземляются на обе ноги при перепрыгивании через предметы, сохраняют равновесие при ходьбе по скамейке.

**Оборудование:** 1 гимнастическая скамья, 5-гимнастических палок, 3 дуги, 3 бруска.

**Предварительная работа**: беседы о животных, рассматривание картинок, разучивание комплекса ритмических упражнений.

**1 часть : Вводная:**

**Дети заходят под марш в зал.**

**Воспитатель:**. Ребята, а вы знаете, чтобы стать здоровым, надо заниматься физкультурой. А если кто- то заболеет - это хорошо или плохо? (ответы детей) А как вы думаете звери занимаются физкультурой? Вы хотите поучаствовать в физзанятии для зверят? (Да!) Но перед тем как заниматься, надо нам, друзья, размяться.

-Построение в колонну по 1. (Под бубен)

-Ходьба в колонне по1.

-Ходьба с перешагиванием через палки.

-**Конь через мост идёт шажком - мы тоже можем так**- шагают медленно.

-**Идёт медведь, шумит в кустах. спускается в овраг- мы тоже можем так.** Ходьба в развалочку.

- **Лошадка скачет впереди- мы тоже можем так.-** Прямой галоп

-**Змея ползёт лесной тропою и мы движение такое тоже можем повторить.** Ползание на четвереньках

- **Вдруг заяц делает прыжок - мы тоже можем так**. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперёд

**-Нам ягод надо бы собрать для малышей своих**. Ходьба врассыпную, имитируя сбор ягод

. ***Упражнение на дыхание: «Гусь».***

И.П. ноги узкой дорожкой, руки вдоль туловища.

1- вдох, поднять плечи, кисти рук в стороны.

2- наклониться вперед, сделать протяжный выдох с произношением «га-га-га» (4 р.)

**2 часть: Основная:**

**ОРУ " Аэробика для зверят":**

**" Чтобы волка не бояться - надо спортом заниматься":**

1. "Гусята": и. п. О. С., повороты туловища со взмахами руками (3-4 раза в каждую сторону) ;

2. "Собачки": и. п. упор на ладони, стоя на коленях. Энергичные повороты таза и голеней вправо - влево (6 раз) ;

3. "Обезьянки": и. п. лёжа на спине. Энергичные движения руками и ногами обезьянки барахтаются"( 5раз) ;

4. ***«****Птички клюют зернышки****».***и.п.: ноги на ширине плеч, руки перед грудью соединены ладонями.1- наклонится вперед, доставая руками  до пола, сказать «клю-клю». (4-6р).

6. "Цапли и тигрята": и. п. О. С., руки на поясе. Прыжки с продвижением вперёд в чередовании с ходьбой с высоким подниманием коленей. (2-3 раза) .

**"Что бы сильным стать и ловким - приступаем к тренировке"**

**Основные виды движений:**

1) ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через бруски (3-4 раза, по точно)

2) прыжки на 2 ногах с продвижением вперёд, перепрыгивая через бруски (0.5 м, 3 раза, по точно)

3) ) подлезание под дугу на четвереньках (3 раза, по точно)

4) прыжки на 2 ногах с продвижением вперёд, огибая набивные мячи (0.7 м., 3 раза, по точно)

**Воспитатель**: Раз, два, три, четыре, пять,

Негде зайцам поскакать:

Всюду ходит волк, волк,

Он зубами щелк, щелк!

**П/И** " **Подвижная игра с прыжками «Зайцы и волк».(2-3раза).**

Подвижная игра «Зайцы и волк. Одного из играющих выбирают водящим - это волк. Остальные дети изображают зайцев. На одной стороне зала «зайцы» устраивают себе «домики» (кружки из шнуров или обручи большого диаметра). В начале «зайцы» находятся в своих «домиках», «волк»- на другом конце зала «в овраге»).

Зайки скачут: скок, скок, скок.

На зеленый,  на лужок.

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают,

Не идет ли волк?

«Зайцы» выпрыгивают на двух ногах из «домиков» И разбегаются по всему залу (площадке), прыгают на двух ногах, присаживаются, щиплют травку и оглядываются, не идет ли волк. Когда воспитатель произносит последнее слово, волк выходит из оврага и бежит за «зайцами», стараясь их поймать (коснуться). «Зайцы» убегают каждый в свой «домик». Пойманных «зайцев» «волк отводит В свой «овраг». Игра возобновляется. После того как будут пойманы 2-3 «зайца», выбирают другого «волка»

**3 часть: Заключительная:**

**Воспитатель:**

Вот одна загадка

Отгадайте-ка, ребятки!

Я в  любую непогоду уважаю очень воду.

Я от грязи берегусь, чистоплотный серый ….(Гусь).

***Малоподвижная игра со словом «Гусь».***

Дети стоят по кругу или сидят, руки за спиной. Воспитатель обращается к детям:

- Где ладошка? Тут?

- Тут. (Ребята протягивают руки вперед ладонями вверх.)

- На ладошке пруд?

- Пруд.

- Палец большой *(Дети загибают пальцы в порядке, указанном в стихотворении.)*

- Этот гусь молодой,

Указательный поймал,

Средний - гуся ощипал,

Этот палец суп варил,

Самый меньший – печь топил.

Полетел гусь в рот,

А оттуда в живот….Вот. *(Дети, свободно встряхивая  кистями рук, разводя руки в стороны - «вот», поднимая их вверх, хлопая над головой.)*

С окончанием стихотворения дети роняют руки вниз. Последние три строчки рекомендуется произносить с некоторым повышением интонации и  в более быстром темпе.

**Воспитатель**: Вам понравилось сегодня заниматься? А для чего надо заниматься физкультурой? (ответы) . Молодцы! А сейчас друг за другом стройтесь . И дружно пройдём   в группу.

До свидания.

Литература:

1. Л. В. Яковлева, Р. А. Юдина " Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Часть 2 " Конспекты занятий для 2 младшей и средней групп". Москва, "Владос" 2003 год.

2. И. А. Фомина, Г. А. Зайцева " Сказочный театр физической культуры". Волгоград, издательство "Учитель", 2003 год.







