

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №125 «Яблонька»**

**Конспект непосредственно-образовательной деятельности с детьми
подготовительной к школе группы по физическому развитию
«Спортивные ребята»**

Подготовила:

Воспитатель высшей квалификационной
категории

Кражай Светлана Александровна

г.Дзержинск

Цель: Укрепление и сохранение здоровья детей через физкультурное занятие.

Задачи:

Образовательные

- Упражнять в беге на носках и галопом.
- Упражнять в ходьбе на носках, на пятках и в полуприсяде.

Оздоровительные

- Укреплять мышцы ног и свода стопы
- Развивать крупную и мелкую мускулатуру рук, ног и туловища.

Воспитательные

- Воспитывать самостоятельность в выполнении упражнений и активность.

Продолжительность занятия — 30 минут.

Место проведения — физкультурный зал.

Методы и приемы: объяснения, указания, пояснения, индивидуальная помощь, оценка, похвала.

Оборудование: малые мячи по количеству детей, малые обручи, гимнастическое бревно, скамейка, дуга, кубики, кегли, большой обруч, «тоннель».

Ход занятия

Вводная часть:

- Построение в колонну
- Бег обычный, на носках, галопом
- Ходьба на носках, на пятках, в полуприсяде
- Подскоки

Основная часть: Перестроение из колонны по одному в колонну по три через середину зала. Дети проходят и достают из корзины мячи.

ОРУ с мячом

1. Упражнение для рук

И.п. — стойка, ноги на ширине плеч, руки с мячом внизу.

1- руки с мячом вперед. 2 - поднять руки вверх над головой.

3 - руки вперед. 4 — опустить руки вниз.

2. Повороты вправо-влево

И.п. - стойка, ноги на ширине плеч, руки с мячом внизу.

1- поворот вправо, руки с мячом вперед. 2 — И.п.

3- поворот влево, руки с мячом вперед. 4 — И.п.

3. Наклоны к ногам

И.п. - стойка, ноги на ширине плеч, руки внизу.

1- мячом достать до колен. 2- мячом достать до носочков ног.

3- мячом достать до колен. 4- вернуться в И.п.

4. Приседания

И.п. - стойка, ноги вместе, руки с мячом внизу.

1- присели, мяч вверх. 2- встали, мяч внизу. 3- присели, мяч вверх. 4- встали, мяч внизу.

5. Передача мяча

И.п. - стойка, ноги вместе, руки с мячом внизу.

1- мяч передаем под правой, согнутой в колене, ногой. 2 — вернуться в И.п.

3- мяч передаем под левой, согнутой в колене, ногой. 4 — вернуться в И.п.

6. Поднимание ног

И.п. - лежа на спине, ноги вытянуты, мяч в руках.

1- поднимаем прямые ноги к мячу. 2- вернуться в И.п.

3- поднимаем прямые ноги к мячу. 4- вернуться в И.п.

7. Катание мяча

И.п. - сидя на полу, мяч в руках

1, 2- перекачиваем мяч от правой ноги к левой.

3, 4- перекачиваем мяч от левой ноги к правой.

8. Прыжки на двух ногах вокруг мяча

И.п. - стойка, ноги вместе, мяч лежит на полу.

1,2,3,4 — прыжки вокруг мяча.

Перестроение на ОВД (основные виды движений)

Способ организации — подгрупповой.

1 группа: - отбивание мяча об пол и ловля его двумя руками,

- подбрасывание мяча вверх и ловля его одной рукой.

2 группа: - отбивание мяча попеременно каждой рукой,

- подбрасывание мяча вверх с хлопком и ловля его двумя руками.

Дети перестраиваются в колонну по одному и оставляют в корзине мячики.

ОВД со всеми детьми.

Способ организации — поточный

1. Ходжение по гимнастическому бревну.

2. Подлезание под дугу.

3. Прыжки с продвижением вперед из обруча в обруч

4. Ходжение по гимнастической скамейке с преодолением препятствий (перешагнуть через кубики)

5. Пролезание в обруч

6. Бег змейкой между кеглями

7. Пролезание в тоннель

Подвижная игра «Горячий мяч».

У водящего мяч. Остальные дети убегают от водящего, и бегают по залу. Водящий бросает мяч и старается осалить бегающих детей. Дети, которых осалил мяч садятся на скамейку. Ребенок, которого мяч не осалил, становится водящим.

Игра малой подвижности «Летает — не летает».

Водящий называет различные слова (птица, самолет, кувшин, стул, ракета). Дети хлопают в ладоши, если названное слово, характеризует то, что летает.

Заключительная часть: Проводится релаксация: дети ложатся на ковер на спину и закрывают глаза. Включаем шум морского прибоя, детки слушают и отдыхают.

-Спасибо вам, ребята, за отличную работу на занятии. Занятие окончено.

Дети строятся в колонну по одному и идут друг за другом в группу.