**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 2 «Березка» городского округа «город Кизляр»**

**Конспект ООД по физкультуре в подготовительной группе**

**(классическая форма проведения занятия)**

**Выполнила: Физинструктор**

**Абакарова Нина Джабраиловна**

**г. Кизляр, 2017г.**

**Цель:** Укрепление и сохранение здоровья детей через физкультурное занятие.

**Задачи:**  
Образовательные:

- Упражнять в ходьбе в колонне по одному, с выполнением заданий на внимание;

- Упражнять в ползании на четвереньках между предметами;

- повторить упражнения на равновесие и прыжки  
Оздоровительные  
- Укреплять мышцы ног и свода стопы  
- Развивать крупную и мелкую мускулатуру рук, ног и туловища.  
Воспитательные:  
- Воспитывать внимание, ловкость, активность, самостоятельность в выполнении упражнений.  
Продолжительность занятия — 30 минут  
Место проведения — помещение подготовительной группы

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

**Оборудование:**

гимнастическая скамейка;

мячи по количеству детей;

обручи – 3шт.;

предметы (геометрические формы) – 4 шт.

**Ход занятия**

**I. Вводная часть:**   
- Построение в шеренгу, проверка осанки, равновесия.

- Приветствие.  
- Ходьба в колонне по одному, на сигнал педагога «Стоп!» остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу.  
- Ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне (в чередовании).

**II. Основная часть:** Перестроение из колонны по одному в 3 звена. Дети проходят и достают мячи. 

**1. Общеразвивающие упражнения с мячом:**

**1. Упражнение для рук**И.п. – основная стойка, ноги на ширине плеч, руки с мячом внизу.  
1- руки с мячом на грудь, согнув локти;

2 - поднять мяч вверх, поднимаясь на носки, руки прямые;

3 – мяч на грудь; 4 — исходное положение (6 – 8 раз).

**2.** **Наклоны**

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

1 – мяч вверх;

2 – наклон вперед, коснуться правого (левого носка);

3 – выпрямиться, мяч вверх;

4 - вернуться в исходное положение (6 – 8 раз).

**3. Повороты**И.п. – стойка на коленях, сидя на пятках, мяч перед собой в обеих руках.  
1 – 4 - поворот туловища вправо (влево), перебирая мяч руками и прокатывая его вокруг туловища (3 раза в каждую сторону).

**4.** **Приседания**  
И.п. - основная стойка, ноги на ширине плеч, руки с мячом внизу.  
1 – 2 - приседание, мяч вперед. 3 – 4 - вернуться в исходное положение (6 – 8 раз).

**5.** **Наклоны вправо-влево**

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

1 – 2 – наклон вправо (влево) медленным движением;

3 – 4 - вернуться в исходное положение (6 – 8 раз).

**6. Прыжки**И.п. - стойка, ноги вместе, мяч лежит на полу.  
Прыжки вокруг мяча вправо и влево (3 - 4 раза).

Построение в колонну по одному, шагая в колонне, положить мячи на место.

**2. Основные виды движений выполняются в одну колонну.**

1. Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их.

2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг.  
3. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук.

**3. Подвижная игра «Птичка в клетке».**

**Цель:** Повышение мотивации к игровой деятельности, упражнять бег – в положении полусидя с ускорением и замедлением темпа передвижения.

**Ход игры:**

Играющие распределяются на две группы. Одна образует круг в центре площадки (дети идут по кругу, держась за руки) – это клетка. Другая группа – птички. По команде физинструктора «Открыть клетку!», дети, образующие клетку, поднимают руки. Птички влетают в клетку (в круг) и тут же вылетают из нее. По команде физинструктора «Закрыть клетку!», дети опускают руки. Птички, оставшиеся в клетке, считаются пойманными. Они встают в круг. Клетка увеличивается, игра продолжается, пока не останется 1 – 3 птички. Затем дети меняются ролями.

**III. Заключительная часть:**

**Игра малой подвижности «Угадай, чей голосок?»**

**Цель:** развитие слухового восприятия, умения различать голоса сверстников. Воспитание желания активно участвовать в играх.

**Ход игры:**

Один ребенок стоит в центре круга с закрытыми глазами. Дети идут по кругу со словами:

«Мы собрались в ровный круг

Повернемся разом вдруг,

А как, скажем: (говорит один ребенок по указанию педагога)

«Скок-скок-скок, угадай, чей голосок».

Водящий должен узнать по голосу, кто произнес слова. Ребенок, чей голос узнали, становится водящим. Дети идут в другую сторону по кругу.

**Подведение итогов:**

**Физинструктор:** Какие же вы ребята молодцы! Сильные, ловкие, умелые!

- Какие упражнения вам понравились больше всего? (ответы детей)

- Что вам еще запомнилось? (ответы детей)

- Как вы себя чувствуете? Какое у вас настроение? (ответы детей)  
Спасибо, ребята, за отличную работу на занятии. Занятие окончено. В колонну по одному шагом – марш!  
Дети строятся в колонну по одному и идут друг за другом в приемную группы.