

Конспект НОД по физической культуре.

Тема: « По страницам любимой сказки».

Цель: формировать интерес к физической культуре.

Задачи:

совершенствовать прыжки из обруча в обруч, приземляясь на обе ноги;

упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по доске;

развивать ловкость;

воспитывать смелость, выдержку и внимание.

Оборудование: мячи по количеству детей (малого и среднего размера), 2

корзины, печка, обруча среднего размера, скамейка шириной 20см, маска лисы,

аудиозаписи («Мишеньки-малышки», «Звуки леса»)

Индивидуальная работа: упражнять в подлезании под дугу.

Вводная часть.

Воспитатель: Ребята, посмотрите к нам сегодня пришли гости.

Что мы должны с вами сделать? (ответы детей)

Дети: Здравствуйте.

Воспитатель: А когда приходят гости, что делают гостеприимные хозяева?

Дети: Угощают.

Воспитатель: А я предлагаю испечь нашим гостям колобки.

Становись скорей дружок

В наш весёленький кружок.

Колобки мы испечём,

Ловко тесто заведём.

Покружили на ладошке.

И ещё, ещё немножко.

Вот и чудо колобки

Так и спрыгнули с руки.

Надо их теперь испечь.

Поместим мы быстро в печь.

Пока колобки выпекаются, мы вами прогуляемся.

Воспитатель:

В лес ребята мы пойдём,

Друг за другом все встаём.

Раз – два, раз – два –

Веселее детвора.

Ноги выше поднимаем,

На жучков не наступаем.

Раз – два, раз – два –

Выше ноги детвора.

Ой, преграда на пути.

Построение в колонну.

Ходьба в колонне 10-12 с.

Ходьба с высоким пониманием

колена, руки свободны, 10-12с

Ходьба широким шагом 10-12с

Ты её перешагни.
Через кустики и кочки,
Через ветки и пенечки.
По дорожке побежим,
В гости к сказке поспешим. ^ Бег в колонне 10-12с.

Обежали, побежали

И нисколько не устали.

По тропинке мы пойдём,

К нашей печке попадём.

Пока мы с вами гуляли, наши колобки испеклись.

Посмотрите, какие они стали?

Дети: большие.

Воспитатель: Сколько колобков сделал каждый из нас?

Дети: По одному.

Воспитатель: А сколько у нас получилось?

Дети: Много.

Воспитатель: Непоседы – колобки поиграть хотят.

Основная часть.

Общеразвивающие упражнения с мячом .

1. И.п. основная стойка, мяч внизу.
 - 1 - мяч вверх, руки прямые,
 - 2 - вернуться в исходное положение
 - 3- мяч вверх, руки прямые
 - 4- вернуться в исходное положение (4-5раз)
2. И.п. основная стойка мяч перед грудью.
 - 1 – руки с мячом вперёд
 - 2 - вернуться в исходное положение
 - 3 - руки с мячом вперёд
 - 4 - вернуться в исходное положение (4-5раз)
3. И.п. основная стойка мяч вперёд
 - 1 – поворот в правую сторону
 - 2 - вернуться в исходное положение
 - 3 - поворот в левую сторону
 - 4 - вернуться в исходное положение (4-5раз)
4. И.п. основная стойка, мяч внизу.
 - 1 – сесть, руки с мячом вперёд
 - 2 - вернуться в исходное положение
 - 3 – сесть, руки с мячом вперёд
 - 4 - вернуться в исходное положение (4-5раз)

5. И.п. основная стойка, мяч на полу.
- 1- прыжок в правую сторону
 - 2 - вернуться в исходное положение
 - 3 - прыжок в левую сторону
 - 4 - вернуться в исходное положение (4-5раз)

Дыхательное упражнение: «Остуди колобок»

Воспитатель: А какие они горячие, надо на них подуть и остудить их.

Воспитатель: « Дети, кого колобок встретил первым ?» (ответы детей)

Зайчик очень любит прыгать по кочкам. Предлагаю попрыгать как зайчики.

Обернись, обернись и в зайчишку превратись. (прыжки из обруча в обруч).

Воспитатель: Кого колобок встретил потом? (ответы детей).

Волк – волчок серый бочок

Он по мостику пошёл,

Колобка нашёл.

Предлагаю пройти по мостику. Обернись, обернись и в волчишку превратись.

Ходьба в прямом направлении по скамейке (скамейка шириной 20 см). Повторить

2—3 раза. Воспитатель показывает, как пройти по скамейке. Дети повторяют

упражнение. При необходимости воспитатель помогает ребенку встать на скамейку и сойти с нее.

Воспитатель: « Дети, кого колобок встретил после волка?» (ответы детей).

Обернись, обернись и в мишутку превратись.

Подвижная игра. «Мишки» (1мин 20сек) аудиозапись

Воспитатель: « Дети, кого колобок встретил после медведя ?» (ответы детей).

Обернись, обернись в колобки все превратись.

Подвижная игра «Лиса и колобки». Лиса сидит в норке. Дети-колобки располагаются на одной стороне зала, лиса – на противоположной. Дети - колобки идут к лисе:

У лисицы острый нос,

У неё пушистый хвост,

Раз, два ,три – догони!

Релаксация «Колобок отдыхает»

Колобок. Я устал, я торопился,

Я чуть-чуть не заблудился.

На полянке полежу,

И на небо погляжу»

Дети ложатся на ковер и отдыхают.

Воспитатель: Ребята, расскажите нашим гостям, что мы сегодня делали (ответы детей). Наши колобки уже остыли, подарите их гостям.