Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение МБДОУ№7

Конспект

Непосредственной

Образовательной деятельности (НОД)

С детьми старшего дошкольного возраста

 Воспитатели:

 Найлюк О.Ф

 Нестеренко М.Б

 Г. Ангарск, ноябрь 2015

**Цель**: развивать физические качества детей старшего дошкольного возраста посредством расширения двигательной активности

**Задачи:**

**Обучать** прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, пролезать через лабиринт, ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине,в разных видах бега, проползанию по скамейке на животе с подтягиванием.

**Закреплять** разные виды ходьбы, ползание на животе по гимнастической скамейке, бег с согласованными движениями рук и ног

**Развивать** двигательные умения и навыки детей, интерес к подвижным играм, быстроту, ловкость

**Воспитывать** организованность, интерес к физическим упражнениям

**Место проведения**: музыкально-физкультурный зал

**Форма воспитанн**иков: шорты, футболка, носки, чешки

**Необходимый инвентарь**: обручи, лабиринт, гимнастические скамейки, ребристая доска. Картинки с упражнениями, колпачки, декоративные деревья.

**Время проведения НОД**: 25 минут

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № части занятия | Содержание и ход занятия | дозировка | темп | Цель выполнения упражнения | Способ организации, методические рекомендации | Функции спортивного оборудования |
| 1. | Вводная часть Построение в шеренгу | 30 сек | средний |  |  |  |
| Ребята, сегодня к нам должна прийти гостья, но кто это будет вы узнаете чуть позже для этого мы должны с вами не много по путешествовать вы хотите? тогда отправляемся в путь! |
| 12 | Ходьба в колонне по одномуХодьба наноска: руки поднять вверх ладонями друг к другу | 1 мин30 сек | среднийсредний | Подготовка организма к выполнению физических упражнений | поточныйпоточный |  |
| 3 | Ходьба на пятках: руки за головой в замочке | 30 сек | средний |  | поточный |  |
| 4  | Бег обычный: руки согнуты в локтях прижаты к телу | 2 мин | средний |  | поточный |  |
| 5 | Бег ускоренный: руки согнуты в локтях прижаты к телу | 2 мин | быстрый |  | поточный |  |
| 6 | Упражнения на дыхания | 10 сек |  | Восстановления дыхания |  |  |
| -Ребята мы прошли не долгий путь, а теперь послушайте загадку: «Эта девушка красивая, она живет в лесу дружит там со всеми животными и красиво поет. Как вы думаете, как ее зовут? Правильно конечно эта Белоснежка!» а вот и наша гостя. Заходит Белоснежка под музыку приносит колпачки и магический куб с заданиями.  |
| 2 | Основная часть: ОРУ1.Утюжок: и.п: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища2.комары:и.п: ноги на ширине плеч, руки своодно3.уточка: и.пполуприсяд4.мельница:и.п ноги на ширине плеч, руки вдоль туловищаПостроение в колонну | 6-7 раз6-7 раз2 раза6-7 раз30 сек | СреднийСреднийСредний среднийсредний | Наклоны влево и вправоНаклон вниз с хлопками внизуХодьба на четвереньках по кругуРывки руками правая вверху левая внизу и наоборот |  | Картинка утюгаКартинка комаровКартинка уточкиКартинка мельница |
| - ребята нас ждет еще несколько испытаний, но я думаю вы обязательно сними справитесь вы же такие ловкие и сильный! |
| 3 | Основные движения:1.ползание на животе по гимнастической скамье2.прыжки из обруча в обруч с продвижением вперед на двух ногах3.ходьба по ребристой доске4.пролезание через «лабиринт»5. ходьба по гимнастической скамье с поворотом на середине | 30 сек(2 раза)20 сек(2 раза)10 сек(2 раза)10 сек(2 раза)20 сек(2 раза) | среднийсреднийсреднийсреднийсредний |  | поточныйпоточныйпоточныйпоточныйпоточный |  |
| - Ребята вы такие ловкие справились со всеми испытаниями и в благодарность Белоснежка хочет поиграть с вами в игру «Выше ноги от земли» |
|  | Подвижная игра«Выше ноги от земли» | 3 раза5 мин | быстрый | Скоростьвнимание |  | скамейки |
|  | Упражнения на дыхания | 10 сек |  | Восстановление дыхания |  |  |
| 3 | Заключительная часть«Подари улыбку другу» игра малой подвижности | 1 мин | медленный |  | круговой |  |
| - Ребята вы такие молодцы прошли все испытания, порадовали Белоснежку и ее друзей, вы, правда очень сильные и ловкие. Для вас в группе приготовлены угощения. |