**Приложение 5б**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 7

**КОНСПЕКТ**

НОД по физическому развитию

**Тема: «Финист Ясный Сокол»**

в старшей группе МБДОУ №7

воспитатель:

Комарова Э.В.

Печенчик Н.Ю.

2015

**Приоритетная образовательная область: физическое развитие**

|  |  |
| --- | --- |
| Цель:  | Закрепление и совершенствование навыков основных видов движений, развитие физических качеств детей, формирование ценностного отношения к занятиям физической культурой. |
| Задачи: | 1) Формирование у детей двигательных умений и навыков во время ходьбы и бега. |
| **образовательные:** | 2) Совершенствовать умение проползать и ходить по гимнастической скамейке, выполнять прыжки на 2ух ногах с продвижением вперед, выполнять прыжки в длину и высоту.3) Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, перестроение в колонну, в шеренгу, используя звуковые и зрительные сигналы.  |
| **развивающие:** | 1) Создавать ситуации, в которых ребенок имеет право выбора.2) Развивать самостоятельность и осознанность выполнения двигательных действий.3) Содействовать развитию физических качеств: ловкости, гибкости, равновесия, силы выносливости. |
| **оздоровительные:** | 1) Содействовать формированию правильной осанки, развитию различных групп мышц тела.2) Содействовать укреплению здоровья детей.3) Использовать индивидуальный подход и дифференцированную нагрузку. |
| **воспитательные:** | 1) Воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями.2) Воспитывать позитивные качества характера. |

**Интеграция образовательных областей: Художественно-эстетическое развитее, Социально-коммуникативное развитие**

|  |  |
| --- | --- |
| Цель:  | развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками; формирование основ безопасного поведения в быту; восприятие музыки. |
| Вид деятельности: | игровая деятельность. |
| **Инвентарь и оборудование:** | массажные мячи, гимнастические скамейки (2), обручи, конусы. |
|  |  |
| **Планируемый результат:** | - Дети умеют ходить по гимнастической скамейке прямо, боком приставным шагом, проползать по гимнастической стенке на животе и спине, на четвереньках, выполняют прыжки а продвижением на 2ух ногах; выполняют прыжки в длину и высоту.- У детей развита координация и мелкая моторика, сформирована ориентировка а пространстве.- Дети имеют представление о дыхательной гимнастике. |
| **Время проведения:** | 23-25 мин. |
|  |  |

|  |
| --- |
| **I Вводная часть** |
| Содержание НОД | Дозировка | Речь педагога, методические указания |
| Построение, ходьба обычная в колонну по одному:1) ходьба на носках, руки вверх;2) ходьба на пятках, руки за голову;3) ходьба выпадами, руки на поясе;4) ходьба семенящим шагом, руки на пояс.5) ходьба скрестным шагом, руки на пояс;6) бег «змейкой»;7) боковой галоп;8) ходьба в колонну по одному;9) подскоки с продвижением вперед;10) ходьба на восстановление дыхания.Построение в две колонны. | 30 сек.1,5 мин.2 мин. | Звучит вступление к сказке.- Случилась беда, ребята, Картаус-рыжий ус украл перышко из сказки «Финист - Ясный Сокол», и прислал он нам такое послание: «Вернуть перышко будет нелегко. Тогда вы его найдете, когда пройдете тридевять земель, преодолеете трудные преграды, да не потеряете своих друзей в пути».Проверка осанки. Соблюдение дистанции, самоконтроль за осанкой.- А найти перышко мы сможем тогда, когда трое башмаков посохов железных иззломаем, трое колпаков железных порвем. Вы готовы отправиться в путь? |

|  |
| --- |
| **II Основная часть** |
| ОРУ с массажным мячом:1) И.П. - стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1-2 - руки вперед; поворот туловища вправо с отведением руки вправо; 3 - руки вперед, переложить мяч в левую руку. 4 - И.П.2) И.П. - основная стойка, мяч в правой руке внизу. 1 - руки в стороны, 2 - полуприсед, мяч переложить в левую руку, 3- встать, руки в стороны, 4 - И.П.3) И.П. - стойка ноги на ширине плеч, мяч на полу, руки на поясе. 1 - прокатить мяч правой ступней от носка к пятке и обратно, затем по кругу, 2- И.П., то же - левой ногой.4) И.П. - сед на пятках, мяч в обеих руках за спиной, 1-2- наклон вперед, руки вверх до упора, головой не касаясь пола.5) И.П. - сед, ноги вытянуть вперед, мяч зажат между стопами ног, руки в упоре сзади, 1-2- поднять прямые ноги под углом 45°, не уронить мяч, 3-4 - И.П.6) И.П. - лежа на животе, ноги прямые, мяч в обеих руках впереди, 1.2. - поднять руки с мячом вперед-вверх, 3-3 - И.П. | 6 мин.5-6 разпо 3 раза5-6 раз5-6 раз5-6 раз | - Мы с вами подошли к волшебному лесу, я слышу голос Картауса:«Дальше по лесу вы сможете пройти только в том случае, если выполните трудные упражнения».По ходу движения взять мячи. Показ ОРУ детьми, голову не опускать- руки отводить максимально назад;- держать спину прямо;- ноги в коленях не сгибать;- самоконтроль за осанкой;- держать равновесие;- стараться максимально вперед наклониться.держать ноги прямые.самоконтроль за дыханием, спину и ноги держать ровно. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ОВД по подгруппам** | 10-12 мин. | - Ну что же, упражнения мы с вами выполнили, силы накопили, надо дальше идти. А идти дальше нам придется и чистым полем, и темным лесом, и болотами тонкими.контроль за осанкойстраховка- Износили мы с вами башмаки железные, посохи железные изломали, колпаки железные порвали. А дальше наш путь будет лежать через моря и океаны широкие и глубокие к острову, где на высокой скале запрятал Картаус перышко Финиста - Ясна Сокола.дети с помощью взрослых убирают оборудование. |
| 1) Ходьба по гимнастической скамейке на повышенной опоре (высота 30 см) разными способами (с поворотом, с подниманием ноги, с приседанием и т.д.)2) Ползание и проползание по гимнастической скамейке на повышенной опоре (высота 30 см) разными способами (на животе, на спине, на четвереньках с опорой на руки и колени).3) Прыжки вправо-влево с продвижением вперед на 2-ух ногах.4) Прыжок на 2-ух ногах в длину с места на мягкое покрытие.5) Прыжок в высоту на 2-ух ногах приземлением на мягкое покрытие.Ходьба в колонне по одному за направляющим. Упражнение на дыхание.п/и «Невод» - закреплять технику прыжков в высоту. | 2-3 раза2-3 раза2-3 раза2-3 раза2-3 раза1,5 мин. |

|  |
| --- |
| **III Заключительная часть** |
| Содержание НОД | Дозировка | Речь педагога, методические указания |
| Игра малой подвижности «Найди перышко».Построение в колонну занаправляющим, выход детей из зала под музыку. | 1,5 мин. | - Ребята, вот мы с вами и добрались до острова, где Картаус спрятал перышко. Давай те же его поищем. Молодцы! А теперь нам пора возвращаться в детский сад (построение в шеренгу).Ребята, а что же нам помогло пройти все препятствия и выполнить задание? (ответы детей) |