**Конспект НОД по физической культуре**

**«Мяч – мой друг» в подготовительной группе**

Образовательная область физическое развитие;

(интеграция: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие).

Провела: Сулейманова А.К., инструктор по физической культуре, МАДОУ «детский сад № 62»

**Программное содержание**. Продолжать закреплять знания детей об играх, связанных с мячом (футбол, волейбол). Закреплять умение действовать с мячом: перебрасывать мяч разными способами (Снизу, от груди, из-за головы), вести мяч ногой между предметами. Развивать глазомер, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к занятиям физкультурой.

**Оборудование** Мячи среднего размера по количеству детей; мячи: волейбольный, футбольный; кегли; мячи среднего размера по количеству детей; обручи, малые мячи двух цветов.

**Примерное содержание непосредственно образовательной деятельности.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части занятия | Двигательное содержание | Дозировка | Темп | Организационно-методические указания |
| Вводная  Часть  Основн.  Часть.  Заключ.  Часть. | Построение в шеренгу  Перестроение в одну колонну  Обычная ходьба.  Ходьба на носках.  Ходьба на пятках  Ходьба в присяде  Бег.  Обычная ходьба.  Перестроение для выполнения ОРУ  «Хлопки»  И.п. о.с. руки опущены.  1 – руки вперёд с хлопком  2 – руки вверх с хлопком  3 – руки вперёд с хлопком  4 – и. п.  «Хлопки под коленом»  И.п. о. с.  1 – поднять согнутую в колене ногу, хлопнуть под коленом  2 – и.п.  3 – поднять согнутую в колене левую ногу, хлопнуть под коленом.  4 – и. п.  «Наклоны вперёд»  И.п. о. с.  1 –наклон вперёд, хлопнуть себя по коленям.  2 – и. п.  «Наклоны в стороны»  И.п. стоя на коленях, руки на поясе.  1 – наклон в правую сторону, хлопок над головой.  2 – и. п.  3 – наклон в левую сторону, хлопок над головой.  4 – и. п.  «Хлопки под коленями»  И. п. сидя, руки на поясе.  1 – согнуть ноги в коленях, хлопнуть под коленями.  2 – и. п.  «Приседания»  И. п. о. с.  1 – присесть, хлопок впереди.  2 – и. п.  «Прыжки»  И. п. о. с.  Прыжки на одной ноге в чередовании с ходьбой.  Дыхательное упражнение.  Перестроение в шеренгу.  Расчет на 1 -2.  Перестроение первых номеров в колонну  Перестроение вторых номеров в колонну.  ОВД (групповой способ организации)  Первая группа.  Перебрасывание мяча разными способами (снизу, от груди, из за головы)  Вторая группа.  Ведение мяча ногами между предметами.  Перемена мест.  Построение в шеренгу.  Перестроение в колонну.  Передача мяча над головой и снизу в обратном направлении.  Подвижная игра  «Чья команда быстрей»  Дети как можно быстрей собирают мячи одного цвета в обруч того же цвета.  Игра малой подвижности  «Запрещённое движение»  Дети повторяют за инструктором движения кроме того, который заранее выбирается как запрещённое.  Построение в одну шеренгу. | 30 сек  30 сек  30 сек  30 сек  10 сек  1 мин  6-8 повтор.  По 4 раза  8 повт.  По 4 раза  8 повт.  8 повт.  2 повтор по 10 раз  3 раза  1 раз по 3 повтора  1 раз  1 повт.  2 раза  3 -4 раза | Средн.  Медл.  Медл.  Медл.  Сред.  Быстр  Средн.  Средн.  Средн.  Средн.  Быстр.  Быстр.  Быстр.  Медл.  Средн.  Средн  Быстр.  Быстр.  Средн. | Поприветствовать детей. Сообщить, что предстоит повторить различные виды ходьбы, бега, выполнить общеразвивающие упражнения, повторить игровые упражнения с мячом и провести соревнования. *Слайд № 1*  Построились в одну шеренгу, подравняли носки, выпрямили спины. Равняйсь, смирно  Нале –во, шагом марш.  Проходим мимо корзины, берём мячи.  Теперь на носках, мяч в вытянутых руках над головой, спину держим прямо, смотрим прямо перед собой.  Идём на пятках, мяч опустили за голову на лопатки, спину держим прямо.  А теперь идём как гуси, мяч катим перед собой, не торопимся.  Бегом марш, бежим друг за другом, мяч перекладываем из руки в руку.  Идём обычным шагом.  Через центр зала в колонну по 3 шагом марш, на месте стой раз, два. На вытянутые руки разомкнись. *Слайд № 3*  Первое упражнение  Исходное положение основная стойка, руки внизу. Исходное положение принять, упражнение начинай.  Закончили  второе упражнение «Хлопки под коленом»  Исходное положение основная стойка. Исходное упражнение принять, упражнение начинай.  Спину не сгибаем. Хорошо. Закончили.  Следующее упражнение «Наклоны вперёд»  Исходное положение основная стойка. Исходное положение принять, упражнение начинай. Колени не сгибаем. Молодцы, закончили упражнение.  Следующее упражнение «Наклоны в стороны»  Исходное положение на коленях, руки на поясе.  Исходное положение принять, упражнение начинай. Закончили.  Следующее упражнение «Хлопки под коленями» Исходное положение, сидя на полу, ноги вытянуты вперёд, руки на поясе. Исходное положение принять, упражнение начинай.  Следующее упражнение «приседания»  Исходное положение основная стойка. Исходное положение принять, упражнение начинай.  Закончили.  А теперь прыжки Исходное положение основная стойка. На правой ноге начали. Молодцы, шагаем на месте. А теперь на левой ноге. Шагаем. Закончили.  Медленно вдыхаем через нос, выдыхаем через рот, произносим ух.  Внимание, налево, сомкнуть тройки. За Давидом вперёд шагом марш. На месте стой, раз, два.  Напомнить детям о том, что они знакомы со многими видами спорта. Предложить назвать виды спорта с мячом. Уточнить с помощью слайдов изображения каких мячей на экране и к каким видам спорта они относятся? Поочерёдно с*лайды № 4, 5,6,7.*  Напомнить детям, что они уже умеют выполнять элементы этих видов спорта, предложить повторть эти упражнения.  На 1 -2 расчитайтесь. Первые номера шаг вперёд, налево, вперёд шагом марш. Вы отправляетесь на волейбольную площадку.  Вторые номера налево, вперёд шагом марш. Вы отправляетесь на футбольное поле.  Предложить детям разбиться на пары, сообщить, что им предстоит перебрасывание мяча друг другу. Уточнить способы перебрасывания мяча (снизу, от груди и затем из за головы) и количество повторов.  Сообщить второй подгруппе, что им предстоит ведение мяча ногами, обходя кегли. Уточнить способ ведения мяча (не пиннать вперед, а вести, стараясь не потерять).  Подвести итог, предложить подгруппам поменяться местами.  В одну шеренгу становись  Налево, через центр зала в 1 колонну шагом марш, на месте стой, раз, два.  Напомнить детям, что в каждом виде спорта важно уметь передавать мяч друг другу. Предложить выполнить передачу мяча сначала над головой, а в обратном направлении снизу. Подвести итог.  Сообщить детям о начале и правилах соревнования (разделиться да две команды; за короткое время собрать мячи своего цвета в обруч). Уточнить: первая команда – синий мяч, вторая – красный мяч, игра закончена, когда у какой-либо команды все мячи в обруче. Подвести итог. *Слайд № 8*  Напомнить в каждом виде спорта важно выполнять установленные правила. Тот, кто нарушает правила, удаляется из игры. Предложить поиграть в игру «Запрещенное движение» Уточнить, что можно выполнять любые движения, кроме приседаний. Подвести итог.  Попрощаться с детьми. |