МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ

ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САЛД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНО-РЕЧЕВОМУ НАПРАВЛЕНИЮ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ» №10 «МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ»

Конспект НОД область «Физическая культура»

в подготовительной группе

тема «Путешествие на Альпы»

 составила: инструктор по физической культуры

Высшей квалификационной категории

Коловской Лилии Ильдусовны

г. Набережные Челны

**Задачи:**

- Уметь выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание);

-Формировать навык активного отталкивания двумя ногами при прыжке на одной и двух ног;

-уметь сохранять устойчивое положение при ходьбе по гимнастической стенке

- уметь перестраиваться в 3 колонны,2 круга, шеренгу, колонну после расчета первый, второй, соблюдать интервал во время передвижения;

- выполнять физические упражнения из разных исходных положений, четко и ритмично в заданном темпе, следить за правильной осанкой;

**Оо Коммуникация:** поощрять речевую активность детей с однокоренными словами;

**Оо Безопасность:** формировать навыки безопасного поведении в подвижных играх;

**Оо Труд:** привлекать детей к уборке физкультурного инвентаря;

**Оо Здоровье:** содействовать укреплению костно-мышечного аппарата;

**Оо Познание:** рассматривание иллюстраций с дикими животными «Кто живет в лесу»

**Пособие инвентарь**: канат, гимнастическая скамейка,2 подставки с флажками, 2 корзины, снежки по количеству детей, мяч массажный, гимнастическая лестница, гантели по количеству мальчиков, султанчики по количеству девочек, диск, аудио.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **содержание занятия**  | **дозировка** |  **методические** **указания** | **интеграция областей** |
| 1.2. | **Вводная часть:**Создание игровой мотивацииДети входят в зал встают в одну шеренгу.( Ребята, мы сегодня с вами отправимся в Альпы, но путь не из легких. Вы хотите отправиться вместе со мной? Покажем, какими должны быть ловкие, смелые, храбрые альпинисты. Необходима тренировка, начинаем очень ловко.-ходьба в колонне по одному,-ходьба на носках (начинаем тренировку на носках шагаем ловко),-ходьба на пяточках, (Дружно ноги разминаем по сугробам мы шагаем), -прыжки (по кочкам, по кочкам, по пням и пенечкам)-на высоких четвереньках, луноход, --бег (по дорожке по прямой, побежали мы стрелой).-ходьба в колонне по одному, перестроение в 2 круга.**Основная часть:****Общеразвивающие упражнения:****ОРУ с султанчиками (девочки)**1. и.п.о.с. 1-руки через стороны вверх. 2- и.п.
2. и.п. ноги на ш. ступни.1- поворот вправо, руки вверх,2- и.п.,3 поворот вправо, руки вверх.4 – и.п.
3. и.п. на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1- наклон вправо, 2- и.п.,3- наклон влево. 4- и.п.
4. и.п. ноги вместе, руки вдоль туловища. 1- выпад вперед правой ноги. 2- и.п.,3- выпад левой ноги, 4- и.п.
5. и.п.о.с., руки вдоль туловища ,1- мах правой ноги, руки в стороны,2- и.п.. 3- мах левой ноги, руки в стороны. 4 и.п.
6. и.п. ноги весте..руки внизу,1- приседание вниз, руки вверх, 2- и.п.
7. и.п. ноги вместе, руки вдоль туловища, прыжки ноги вместе, ноги врозь.

**ОРУ с гантелями (мальчики)**1. и.п.о.с., руки внизу,1-руки в стороны, 2- и.п.
2. и.п., ноги на ш. ступни, руки к плечам,1- поворот вправо, руки вверх, 2-и.п., 3- поворот влево,4- и.
3. и.п. ноги на ширине плеч, 1- наклон вперед, руки в стороны, 2- и.п.
4. и.п. ноги вместе, руки вдоль

 туловища. 1- выпад вперед  правой ноги. 2- и.п.,3- выпад  левой ноги, 4.и.п. 1. и.п. ноги на ш. с., руки в стороны, 1- поднять правую ногу, руки в стороны. 2- и.п..3- поднять левую ногу. 4 –и.п.
2. и.п. ноги вместе, руки вдоль туловища, 1- присесть, рук вперед, 2- и.п.
3. и.п. ноги вместе, руки вдоль туловища, прыжки поочередная смена ног и рук.

**Основные виды движений:**1. Лазание на гимнастическую лестницу;
2. Ходьба приставным шагом по канату; (счет от 10 до 100)
3. Прыжки на одной и двух ногах; ( называние на тат. языке диких животных лиса, волк, медведь, еж, зайц)
4. Подлезание под гимнастическую скамейку (мальчики, ходьба по гимнастической скамейке (девочки), метание снежков,
5. Ходьба на носках.

**Подвижная игра** «Ловкий мяч»**Малоподвижная игра «**Забавный снежок» (называть однокоренные слова к слову снег-снегурочка, снежинка, снегопад, снеговик, и.т.д.)**Заключительная часть**Дети садятся «вокруг костра». Ну, вот мы и побывали на крутых склонов Альп, показали себя настоящими альпинистами. Ребята, а сейчас нам нужно возвратится в детский сад. Но слушайте меня внимательно, для этого нам нужно затушить наш костер «Дружбы» сделать вдох и резкий выдох одновременно. Затем закрыть глаза и заснуть волшебным сном. Все проснулись глаза открыли и встали. Давайте попробуем рассказать, то, что вам запомнилось интересное больше всего в этом путешествии.  |  **3 мин**1,5 мин**15 мин**6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 раз6-8 разпоточно-групповой способпо 2 раза 2 раза**8 минут**1 раз**4 мин** | следить за осанкойноги не сгибать,следить за дыханием.следить за дыханием |  здоровьефизическая культуракоммуникацияфизическая культурабезопасностьфизическая культурапознаниекоммуникацияпознание |