**МАДОУ «Центр развития ребёнка – детский сад №383»**

**Приволжского района города Казани**

***Конспект НОД по ритмопластике***

***в подготовительной группе***

***в соответствии с ФГОС***

***Подготовили:***

***инструктор физ.воспитания Ваго Л.В.,***

***муз.руководитель Шарафеева Э.А.***

***Казань 2013***

Цель: Создать условия для умственного и психомоторного развития дошкольников

Задачи, направленные на обучение двигательным действиям, воспитание физических качеств и здоровья детей:

1.Совершенствовать двигательную сферу дошкольников путем расширения спектра двигательных умений и навыков.

2.Учить выполнять кинезиологические упражнения «Ухо- нос», «Капитан», «Лезгинка»

3.Разучить музыкально – ритмический комплекс № 1

4.Развивать координационные способность, гибкость, выносливость

5.Укреплять сердечно – сосудистую, дыхательную систему

Задачи, направленные на развитие умственных способностей:

1.Закрепить прямой и обратный счет до 8

2.Развивать восприятие, наглядно- действенное мышление, внимание, память, воображение, речь, межполушарное взаимодействие.

3.Воспитывать стремление выполнять упражнения правильно.

4.Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, чувство коллективизма

Ходьба по залу друг за другом. (1круг)

«Мышки» - ходьба на носках, руки на пояс. (0,5 круга)

«Силачи» - ходьба на пятках, руки у плеч. (0,5 круга)

«Петушки» - ходьба с высоким подниманием колен, руки в стороны.

(0,5 круга)

«Медведи» - ходьба на внешней стороне стопы, руки полусогнуты перед собой. (0,5 круга)

«Лошадки» - подскоки по кругу друг за другом, руки на пояс. (1круг)

Ходьба, построение в одну колонну.

Поклон для девочек, поклон для мальчиков.

1. **«Линейка»**

Дети строятся в одну шеренгу.

1. Ходьба вперёд ровным строем до счёта 8. Тоже самое назад.
2. Ходьба вперёд ровным строем до счёта 8, делая хлопки на чётный шаг.
3. Ходьба назад ровным строем до счёта 8, делая хлопки на нечётный шаг.
4. **«Пианино»**

Дети сидят на коленях в одной шеренге, ладони на коленях.

По очереди, начиная с первого участника, дети выполняют хлопки по коленям.

**Построение пятёрками.**

**3. Упражнение «Зеркало»**

Под музыку дети повторяют за педагогом упражнения «в зеркальном отображении», стараясь не пропустить ничего и успеть, «один к одному». Все хором считают: «раз-два-три», на счёт «раз-два» - хлопают в ладоши, на счёт «три» - повторяют упражнение, показанное педагогом.

**4. Кинезиологические упражнения:**

**1. «Ухо-нос»**

На счёт «раз» - правая рука указательным, большим и средним пальцами – щепочкой касается носа, левая рука, образуя перед лицом «крестик», щепочкой из трёх пальцев касается правого уха.

На счёт «два» -хлопок перед собой.

На счёт «три» - руки симметрично поменять местами.

На счёт «четыре» - снова хлопок перед собой.

2.  **«Капитан»**

На счёт «раз» - правая рука, сделав из кулачка «подзорную трубу», приставляет «её» к правому глазу, левая рука, «отдавая честь», приставляет её к голове слева.

На счёт «два» - хлопок перед собой.

На счёт «три» - руки симметрично поменять местами.

На счёт «четыре» - снова хлопок перед собой.

**3. «Лезгинка»**

Пальцы правой руки сжать в кулачок к себе, большой палец отвести в

сторону, левую ладонь приставить к кулачку правой, тоже самое

наоборот.

**5. Ритмическая гимнастика**

1. И.П: Ноги врозь, руки опущены вниз.
   1. Поднять руки через стороны вверх, вдох
   2. И.П. выдох (5-6р.)

1. И.П: То-же.
   1. Голову вниз.
   2. Голову вверх.
   3. Голову вправо.
   4. Голову влево. ( 2раза.)
2. И.П: Ноги на ширине плеч, руки в стороны.
   1. Наклон вправо, левую руку над головой вправо, правую за спину.
   2. И.П.
   3. Тоже влево.
   4. И.П. (по 4раза в каждую сторону.)
3. И.П: То-же.
   1. Пружиня ноги, скрестить руки внизу.
   2. И.П.
   3. Пружиня ноги, скрестить руки вверху.
   4. И.П. (8раз.)
4. И.П: Ноги на ширине плеч, руки на пояс.
   1. Наклон вперёд, левой рукой круг от себя влево.
   2. И.П.
   3. Наклон вперёд, правой рукой круг от себя вправо.
   4. И.П. (по 4раза в каждую сторону.)
5. И.П: Ноги на ширине плеч, руки у плеч.

1.Поворот вправо, правую руку отводим назад.

2.И.П.

3.Поворот влево, левую руку отводим назад.

4.И.П. (по4раза в каждую сторону.)

1. И.П: Ноги врозь, согнуты в коленях, руки опираются

на колени.

Перенос тяжести тела с одной ноги на другую.

(по 4 раза на каждую ногу.)

1. Бег и различные виды прыжков в сочетании с ходьбой.

(1мин.)

1. Дыхательное упражнение :

И.П: Ноги врозь,руки у плеч.

Локти поднять вверх-носом вдох, опустить локти вниз-

ртом выдох. (5-6раз.)

**6. «У каждого упражнения свой номер».**

Постепенно разучиваются движения, и к каждому из них присваивается

свой порядковый номер. Далее движения выполняются согласно порядковому номеру. После того, как все движения выучены, педагог просит их выполнить вразнобой, называя лишь номер, но, не поясняя, какое это движение, например: № I «Цапля» стойка на одной ноге.

№ 2 «Самолёт», стойка, руки в стороны

№ 3 «»Ласточка» ». и т. д.

**7. « У меня в кулачке».**

Дети сидят на коленях, кулачки сжаты. Педагог говорит сколько пальце на какой руке надо показать. По команде нужно разжать кулачки, показывая нужное количество пальчиков.

8. **«Растяжка»**

И.П.: сидя на полу, ноги вместе

В: 1-3 - наклон вниз, потянуться, достать руками носочки

4 – И.П. (6р.)

9**. «Бабочка»**

И.П.: сидя на полу, колени согнуть в стороны, стопы соединить вместе, руками взяться за носочки.

В: опускать и поднимать колени (бабочка машет крылышками) (8р.)

**10. «Неваляшка»**

И.П.: тоже

В: наклон вправо-влево (по 5р. в каждую сторону)

**11. «Велосипед»**

И.П.: лёжа на предплечьях

В: круговые вращения ногами вперёд, назад ( 20р.)

**12**. «**Осьминоги»**

И.П.: лёжа на спине, руки вдоль туловища

В: 1. поднимание вверх рук, ног, потрясывание ими

2. И.П. (6р.)

**13. «Кроватка с ребёнком»**

И.П.: сидя на полу

1. Правую ногу согнуть в колене, «взять» колено в руки, изображая ребёнка, покачать.

2. Тоже самое с другой ногой. (по 3р. )

**14. «У меня зазвонил телефон»**

И.П.: тоже самое

1. Согнуть правую ногу, поднести стопу к уху, изображая трубку телефона.

2. Тоже самое с другой ногой. (по3р.)

**15. «Самолёт»**

И.П.: лёжа на животе, ноги вместе, руки под подбородком

В: 1. руки в стороны, приподнять голову, плечи вверх

2. И.П. (8р.)

**16. «Звёздочка»**

И.П.: лёжа на спине, ноги врозь, руки в стороны

В: «утро наступило, звёздочка погасла» ноги вместе, руки вдоль туловища

- «ночь, звёздочка сверкает на небе», ноги врозь, руки в стороны

(8р.)

**17. Танцевальный этюд «Фея-роботы»**

Под музыку девочки изображают фей, мальчики роботов.

Поклон для девочек, поклон для мальчиков.