**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 109»**

**Конспект непосредственно-образовательной деятельности по физическому развитию воспитанников подготовительной к школе группы**

**Тема: «Мой веселый звонкий мяч»**

**Подготовил воспитатель**

**Охонина Анастасия Павловна**

**г. Дзержинск 2014 г.**

**Тип занятия**: *повторное*

**Место проведения**: *спортивно-музыкальный зал*

**Инвентарь и оборудование**: *мяч средний (по количеству детей), корзина (1 шт.), обруч большой (1 шт.) платки национальные башкирские (4 шт.) фортепиано (1 шт.)*

**Задачи:**

1. Продолжать учить броскам и ловле мяча, отбиванию мяча одной и двумя руками на месте и в движении, броскам в вертикальную цель;

2. Развивать равновесие, глазомер, ловкость, прыгучесть, силу рук и ног (ОВД), способствовать комплексному развитию физических качеств (ОРУ, подвижная игра);

3. Воспитывать уважение друг к другу (ходьба в колонне), умению действовать совместно (ОРУ), аккуратность, внимательность, способствовать положительному эмоциональному настрою.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть занятия** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** |
| I | Подготовительная   | 5 мин 30 сек |   |
|   | 1. Организованный вход в зал   | 10 сек | Двигаются в обход по залу и строятся вдоль левой стороны зала |
|   | 2. Построение в шеренгу | 15 сек | Останавливаются за направляющим по распоряжению воспитателя: «На месте стой, раз-два. Налево. Носочки подравняйте. Спинки прямые». Приветствие. Сообщение задач занятия. |
|   | 3. Перестроение в колонну | 5 сек | «Направо. А теперь мы покажем что мы умеем делать» |
|   | 4. Ходьба   - обычная   - обычная 1-3–руки вверх 4–и.п.   - обычная, руки к плечам 1–руки вверх 2–и.п.   - обычная   - обычная 1-2– руки согнуть в стороны 3-4–руки в стороны   - на носках, руки на пояс   - обычная   - на пятках, руки назад     - обычная   - с высоким подниманием бедра, руки вниз   - с захлестом голени, руки назад - обычная   - в приседе   - обычная   - «гусеница» И.п.–упор лежа сзади с согнутыми ногами   - обычная   | 2 мин   10 сек   10 сек   10 сек   5 сек   10 сек   10 сек   5 сек   10 сек     5 сек   10 сек     10 сек 5 сек   10 сек   5 сек   10 сек   5 сек   | «В обход по залу шагом марш. Ручки маршируют, ножки поднимаются повыше. Идем красиво»     С хлопком над головой   На каждый счет   «Отдыхаем. Слушаем следующее задание» На каждый счет Рывки руками, сводить лопатки     «Идем ровно. Тянемся вверх»   «Голову не наклоняем, спина прямо, руки сильные»   «Высоко поднимаем колени. Хлопаем по коленом»   «Пяточкой достаем ручки»     «В полном приседе. Идем как гуси»   Переставляя сначала ноги , потом руки   |
|   | 5. Подскоки - с продвижением вперед, руки на пояс - приставным вправо   - приставным влево | 30 сек |   «Колени поднимаем повыше, как по глубокому снегу» «Боковой галоп. Повернулись лицом внутрь зала» «Повернулись лицом к стене» |
|   |   6. Ходьба обычная   7. Бег в среднем темпе   |   10 сек   2 мин     |   «Отдохнули»   «А теперь побежали. Не перегоняем, не толкаемся»   |
|   | 8. Ходьба обычная   | 10 сек | Восстановить дыхание |
| II | Основная   | 22 мин30 сек   |   |
|   | 1. Перестроение по два в три колонны | 20 сек | Мальчик слева, девочка справа. Пары стоят в шахматном порядке |
|   | ОРУ в парах   | 4 мин |   |
|   | 2. И.п.–о.с. 1-2–руки перед грудью 3–правую руку вперед скрестно   4– то же левой   | 6 раз   |   На каждый счет. Хлопать. Руку полностью не выпрямлять. Хлопнуть по ладошке свою пару. |
|   | 3. И.п.–стойка, руки согнуты вперед, ладонями наружу 1–правую руку вперед, левую согнутую назад 2–и.п. 3-4–то же левой   | 6 раз | Руки полусогнуты, упираются в руки своей пары. Делать с силой. |
|   | 4. И.п.–о.с. 1–руки в стороны 2–руки вверх 3–руки в стороны 4–и.п.   | 6 раз | Взяться за руки пары.     |
|   | 5. Наклоны И.п.–стойка, руки в стороны 1–наклон вправо 2–и.п. 3-4–то же влево   | 2 раза |   Взяться за руки пары. |
|   | 6. И.п.–сед на пятках, руки согнуты вперед, ладонями внутрь   1-3–стойка на коленях, руки на пояс 4– и.п.   | 6 раз | Сначала делает мальчик, а девочка три раза хлопает в ладоши, потом меняются. Встаем и садимся аккуратно, не резко. |
|   | 7. «Велосипед» И.п.–упор сидя сзади на предплечьях, ноги вперед-книзу 1–правую вперед, левую согнуть 2–то же левой   | 6 раз   | Ноги поднять на 45°. Упереться стопами в стопы своей пары   |
|   | 8. «Пресс» И.п.–лежа на спине, руки за голову 1–сед 2–и.п.   | 40 сек   |   Сначала делает девочка, мальчик садиться в сед. Ноги врозь и удерживает девочку за ступни. Потом меняются местами. Девочка делает 4 раза, мальчик – 6 раз.   |
|   | 9. Прыжки И.п.–стойка, руки на пояс 1-3–присед 4–и.п. 5-7–прыжки на месте на двух ногах 8– и.п.   | 6 раз | Сначала мальчик, потом девочка .На каждый счет. |
|   | 10.Смыкание | 10 сек | Девочки поворачиваются направо, кругом. «Пары сомкнитесь вперед» – к левой стороне зала. |
|   | 11.Перестроение в колонну | 10 сек | «Направо»   |
|   | 12.Ходьба | 40 сек | «По залу шагом марш». Мальчики берут мячи из корзины и кладут их на руку. |
|   | 13.Перестроение в шеренгу | 10 сек | «На месте стой. Налево».   |
|   | 14.Перестроение в две колонны | 20 сек | Мальчики выходят вперед и идут до правой стороны зала. Объяснение заданий.   |
|   | ОВД «Школа мяча»   | 9 мин | Фронтально. Показывать и объяснять упражнения. |
|   | 15.Броски мяча об пол с ловлей | 30 сек×2 раза | Ударять об пол с силой и ловить мяч двумя руками, накладывая их сверху. 3-4 раза. Передать мяч своей паре передачей об пол   |
|   | 16.Броски мяча вверх с ловлей | 30 сек ×2 раза | Подкидывать вверх на высоту около 1,5 м. 3-4 раза. Передать мяч своей паре передачей сверху. |
|   | 17.Броски об пол с ловлей с чередованием броском вверх с ловлей   | 30 сек ×2 раза | Соединить упражнения 15 и 16. |
|   | 18. Перестроение в шеренгу | 10 сек | Мальчики возвращаются на свои места. Девочкам раздать мячи |
|   | 19.Отбивание мяча об пол двумя руками на месте   | 30 сек | Следить за мячом |
|   | 20. Отбивание мяча об пол двумя руками в движении   | 30 сек | «Направо, идем по залу и продолжаем отбивать мяч» |
|   | 21.Построение в шеренгу     | 20 сек | «На месте стой, раз-два. Поднимите мячи вверх, покажите у кого какой цвет. Опустите руки вниз – выдох». Показ и объяснение следующего упражнения   |
|   | 22.Отбивание мяча поочередно правой и левой рукой на месте   | 30 сек | «Направо, шагом марш» |
|   | 23.Построение врассыпную   | 10 сек | «Встаньте свободно на ковре. Посмотрите следующее упражнение» |
|   | 24.Отбивание мяча об пол под поднятой ногой | 20 сек | Последовательно под правой и левой ногой. «Покажите у кого хорошо получается?» |
|   | 25.Построение в колонну | 30 сек | «Встаньте на свои места». |
|   | 26.Отбивание мяча поочередно правой и левой рукой в движении | 3 мин | Мяч не терять |
|   | 27. Построение в колонну | 1 мин | Показать следующее упражнение «Направо. Шагом марш». «На месте стой». «Сейчас вы будете бросать мяч в обруч – нужно постараться попасть. После броска нужно поднять мяч и только после этого следующий кидает мяч. Встать в конец колонны» |
|   | 28.Броски в вертикальную цель | 3 мин | Воспитатель берет обруч и поднимает его на высоту 3 м и встает от детей на расстоянии сначала 3 м, затем 4-5 м |
|   | 29.Ходьба | 30 сек | Убрать мячи в корзину через одного |
|   | 30. Построение в две колонны | 30 сек | «Парами через центр марш. На месте стой» |
|   | 31. Размыкание | 10 сек | Пары расходятся |
|   | 32. Прокатывание мяча стоя | 1 мин |   |
|   | 33. Броски мяча способом снизу | 1 мин |   |
|   | 34. Броски мяча от груди об пол | 1 мин |   |
|   | 35. Прыжки на двух ногах | 1 мин | Мяч зажат между ног. Допрыгать до своей пары и вернуться обратно, передать мяч. После окончания упражнения взять мячи в руки |
|   | 36. Построение в одну шеренгу | 5 сек | «Пары сомкнитесь» |
|   | 37. Перестроение в колонну | 5 сек | «Направо» |
|   | 38.Ходьба | 15 сек | «По залу шагом марш». Убрать мячи в корзину. Расстелить платки |
|   | 39. Подвижная игра «Юрта» | 5 мин | Дети встают вокруг своих платков. Начинают произносить слова, строятся в общий круг, берутся за руки и движутся по кругу шагом, затем переходят в боковой галоп. «Мы веселые ребята, соберемся все в кружок, поиграем и попляшем и примчимся на лужок». По сигналу воспитателя встают вокруг своего платка и поднимают его за концы (строят юрту) над головой. Играют 3 раза. |
|   | 40. Перестроение в колонну | 5 сек | «Направо» |
|   | 41. Ходьба | 20 сек | Восстановить дыхание |
| III | Заключительная | 2 мин 30 сек |   |
|   | 1. Построение в круг | 10 сек | Дети встают вкруг. Объяснение игры |
|   | 2. Малоподвижная игра «Назови по имени» | 1мин 10 сек | Дети берутся за руки. Один ребенок (по выбору воспитателя) встает в центр круга, ему завязывают глаза, проверяют не подглядывает ли он. Дети идут по кругу со словами «Данилко в лесу – мы зовем тебя». Дети расцепляют руки. Второй ребенок (по выбору воспитателя, его нельзя называть по имени) называет первого по имени и первый ребенок угадывает кто его позвал. Выбирается следующий ведущий. Игра повторяется 3 раза. |
|   | 3. Самомассаж | 20 сек | «Я молодец, я хороший» –погладить круговыми движениями себя по животу и голове. |
|   | 4.Построение в круг | 20 сек | Анализ занятия. «Что делали?», «В какую игру играли?». Похвалить детей |
|   | 5. Перестроение в колонну | 10 сек | «Сойдите с ковра, повернитесь направо». |
|   | 6. Организованный уход из зала | 10 сек | «Шагом марш».  |