**Конспект физкультурной образовательной деятельности № 3**

**Подготовительная группа.**

**Тема недели:** Осень. Овощи, огород. Труд людей.

Задачи:

* упражнять в перестроении в три звена, в ходьбе гимнастическим шагом, в беге поднимая колени, захлестывая голени, упражнять в равновесии, прыжках и метании.
* развитие познавательной активности, воображения и мышления.
* формирование навыков самовыражения через движения.

Время: 30 мин.

Место: Физкультурный зал.

Инвентарь: мячи, гимнастическая скамейка, кегли, сетка, обручи, корзина, различные резиновые овощи.

1) Подготовительная часть

\* Перестроение в три звена. Игра " Найди свое звено", три звена. Ходьба в сочетании с ходьбой гимнастическим шагом - мяч вперед, ходьба на носках мяч за головой. Обычный бег, в сочетании с бегом высоко поднимая колени, захлестывая голени.

\* Общеразвивающие упражнения с мячом. 1. **«Срываем яблочки»** И. п.: о. с., мяч в правой руке. 1-2 — поднять руки через стороны вверх, переложить мяч над головой в другую руку — вдох; 3-4 — вернуться в и, п., выдох. То же левой рукой. Повторить по 4 раза.

**2. «Складываем груши»** И. п.: ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1 — руки вперед; 2 — поворот туловища вправо с отведением руки с мячом вправо; 3 — руки вперед, переложить мяч в левую руку; 4 — вернуться в и. п. Повторить по 4 раза.

**3. «Убираем капусту»** И. п.: ноги на ширине ступни, мяч в правой руке. 1-2 — присесть, руки вперед, переложить мяч в другую руку; 3-4 — вернуться в и. п. Повторить 6-8 раз.

**4. «Собираем картошку»** И. п.: ноги слегка расставить, опуститься в присед, мяч в правой руке. 1-4 — прокатить мяч вправо вокруг себя, перебирая по мячу пальцами рук, голова прямо; 5-8 — то же влево. Повторить 6-8 раз.

**5. «Ах, ох, посыпался горох»** И. п.: о. с. мяч в левой руке. Выполнять попеременно по 4 прыжка на правой, затем на левой ноге, под счет педагога 1-16. Затем — непродолжительная ходьба на месте. Повторить 2-3 раза.

**6. «Весь урожай мы сумели собрать»** И. п.: о. с. мяч в правой руке. 1 — руки в стороны, отставить правую ногу назад на носок; 2 — вернуться в и. п., руки вниз, переложить мяч в левую руку; 3 — руки в стороны, отставить левую ногу назад на носок; 4 — вернуться в и. п., переложить мяч в правую руку. Повторить 3-4 раза.

2) Основная часть

\* Основные виды движений

1. Равновесие- ходьба гимнастическим шагом по скамейке с мячом, на каждый шаг фиксируя положение мяча (вниз, вперед, вверх). Повторить 2-3 раза.

2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кеглями. Дистанция 4-5м. Повторить 2 раза.

3. Перебрасывание мячей друг другу ч/з сетку двумя руками, из-за головы. Повторить 10-15 раз.

4. Пролезание в обруч правым и левым боком, обруч поднять вверх , держать угол. Повторить 2-3 раза.

3)Заключительная часть

1. Подвижная игра "Чья команда забросит больше овощей в корзину". Дети рассчитываются на первый второй, образуя две команды. Команды самостоятельно выбирают себе капитана, выстраиваются двумя колоннами. По сигналу педагога по одному ребенку из команды выбегают, подбегают к линии от которой начинают метать овощи в свои корзины, чья команда быстрее и больше закинет овощей в корзину, та команда и победила.

2. Ходьба в колонне по одному + упражнение на дыхание.

3. Подведение итогов. Беседа с детьми на тему пройденного материала на занятии.