**Конспект физкультурной образовательной деятельности № 5**

**Подготовительная группа.**

**Тема недели:** Осень. Фрукты, труд людей в саду.

Задачи:

* упражнять в перестроении в три колонны, в ходьбе с перекатом с пятки на носок, на наружных сводах стопы, в беге на носках, упражнять в прыжках с мячом, зажатым между колен, в перебрасывании мяча.
* продолжать всесторонне развивать детей.
* продолжать воспитывать дружеское взаимодействие между детьми.

Время: 30 мин.

Место: Физкультурный зал.

Инвентарь: гимнастический бум, мячи (среднего и маленького диаметра), кегли, сетка, гимнастическая скамейка, клиновые листочки, мягкие модули, корзины, резиновые фрукты.

1) Подготовительная часть

\* Перестроение в три колонны. Ходьба перекатом с пятки на носок, на пятках, на наружных сводах стопы, врассыпную с нахождением своего места в колонне. Бег на носках в колонне с мячом, зажатым под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку.

\* Общеразвивающие упражнения с клиновыми листочками. 1. **«Помашем листочками**» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки с листочками внизу. 1 — поднять правую руку с листочком вверх, левую — отвести до отказа назад; 2 — поднять левую руку вверх, правую вниз назад; 3 — сменить положение рук; 4 — опустить правую руку вниз, вернуться в и. п. После паузы выполнить все еще раз в быстром темпе. Повторить 4-6 раз.

**2. «Деревья наклоняются, листочки качаются»** И. п.: ноги врозь, руки с листочками внизу, вдоль туловища. 1- поднять руки с листочками через стороны вверх, посмотреть на руки — вдох; 2 — наклонить туловище вправо, ноги прямые, голову прямо — выдох; 3 — выпрямиться, руки с листочками вверх — вдох; 4 — через стороны опустить листочки вниз — выдох. То же с наклоном в левую сторону. Повторить 6 раз.

**3. «Листочки опадают, ковром из листьев землю укрывают»** И. п.: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, руки с листочками вверху. 1 — наклон вперед, ноги не сгибать, положить листочки на землю перед собой — выдох; 2 — выпрямиться, руки за голову, хорошо прогнуться — вдох; 3 — наклониться, взять листочки - выдох; 4 — выпрямиться, поднять листочки вверх — вдох. Повторить 6 раз.

**4. «Листопад, листопад, листья по ветру летят»** И. п.: ноги вместе, руки с листочками внизу. 1—2 — поднять листочки вверх, правую ногу отвести назад на носок — вдох; 3- 4 — опустить листочки, ногу приставить — выдох. То же, но назад отвести левую ногу. Повторить 4-6 раз.

**5. «Мы тихонько приседаем, и листочки собираем»** И. п.: о. с., руки с листочками внизу. 1 — присесть на носках, колени врозь, спина прямая, руки с листочками вперед — выдох; 2 — вернуться в и. п., выпрямиться, руки вниз — выдох. Повторить 6-8 раз.

**6. «Прыгаем на двух ногах мы с листочками в руках»** И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки с листочками внизу. Сделать 6 подскоков на двух ногах, руки с листочками внизу; 6 шагов на месте, темп ходьбы спокойный. Повторить 4-5 раз.

**7. «Осенью пахнет увядшей травой, опавшими листьями, стылой водой»** И. п.: ноги врозь, руки с листочками внизу. 1 — подняться на носки, руки с листочками через стороны вверх — вдох; 2 — вернуться в и. п., выдох. Повторить 3-4 раза.

2) Основная часть

\* Основные виды движений

1. Равновесие- ходьба по гимнастическому буму, перешагивая мячи. Повторить 2-3 раза.

2. Прыжки с мячом, зажатым между колен, между кеглями. Дистанция 3-4 м. Повторить 2 раза.

3. Перебрасывание мяча ч/з сетку, друг другу способом с низу, с расстояния 3м. Повторить 5-10 раз.

4. Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке. Повторит 2-3 раза.

3)Заключительная часть

1. Подвижная игра "Быстро возьми, быстро положи".
На одной стороне площадки стоят 4 больших мягких модуля, на каждом по 3-4 различных фрукта или небольших мяча. На другой стороне на расстоянии 5—6 м стоят 3—4 ящика или корзины. Трем-четырем детям предлагают взять по одному предмету, бегом перенести их и положить в ящик. Физически крепким детям можно добавить еще один предмет или немного (на 1—2 м) увеличить расстояние для бега. Детей подбирать примерно одинаковых по силам.

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

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