**Конспект НОД по физической культуре в средней группе**

**Разработала и провела**

**воспитатель высшей квалификационной**

**категории Кузина Н.В.**

**Цель:** закреплять двигательные умения и навыки в прыжках, ползанье, ходьбе и беге по средствам специально подобранных физических упражнений.

**Задачи:**

**Образовательные задачи:** закреплять детей ходьбе с выполнением заданий; упражнять в прыжках, в беге с изменением темпа в течение 1-2 минут, упражнять детей в ползанье по гимнастической скамейке, упражнять в прокатывании мяча между конусами.

**Развивающие задачи:** развивать произвольное внимание, действия по сигналу воспитателя в игре, развивать точность движений при выполнении упражнений.

**Воспитательные задачи:** воспитание интереса к физическому упражнению в процессе занятия.

**Оборудование:** гимнастическая скамейка, мячи, конусы,обручи.

**Ход занятия:**

Вводная часть

Дети заходит в зал колонной по одному, встают вдоль стены.

- Подравнялись, спинки распрямили, носочки вместе.

- Равняйсь! Смирно!

- За направляющим по кругу шагом марш! (*под звуки бубна дети маршируют по кругу*).

На сигнал инструктор ФК: «Цапли!» - ходьба с высоко поднятыми коленями,

руки на поясе.

На сигнал: «Великаны!» - переходят на бег, помахивая руками-крыльями.

На сигнал: «Зайки!» - остановиться и попрыгать на двух ногах.

- А теперь легко побежали по кругу (*под звуки бубна*), Руки во время бега прижаты к груди, согнуты в локтях. По сигналу бубна - остановиться, развернуться в другую сторону и продолжить бег.

- Переходим на шаг, надуваем шарик.

*Дыхательная гимнастика:* вдох носом, руки через стороны вверх, выдох ртом на звуке (*ш-ш-ш*).

- На месте стой, раз-два!

***Общеразвивающие упражнения с мячом.***

*Воспитатель:*

- А сейчас каждый возьмет по мячу.

Все собрались? Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись! Не зевай и не ленись!

На разминку становись!

- Разойдитесь по кружкам. (*Дети встают на точки-метки*).

1. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу. Поднять мяч вперед, вверх, посмотреть на него, опустить вперед-вниз, вернуться в и. п. (*4- 6 раз*)

2. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках вверху. Наклоны туловища вправо, вернуться в и. п., наклон влево, вернуться в и. п. (*4-б раз*)

3. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, мяч у груди. Присесть, мяч вынести вперед, подняться, вернуться в и. п. (*5 раз*)

4. И. п. - сидя, ноги врозь, мяч перед собой. Поднять вверх, наклониться, коснуться мячом пола как можно дальше, выпрямиться, вернуться в и. п. (*4-5 раз*)

5. И. п. - сидя, ноги вместе, мяч лежит на стопах ног, руки в упоре сзади. Поднять прямые ноги, перекатить мяч на живот, поймать его; вернуться в и. п. (*5 раз*)

6. И. п. - прыжки на двух ногах с мячом в руках в чередовании с ходьбой.

***Основные виды движений***

Воспитатель: - Пожалуйста, положите мячи в корзину. Построились в колонну по одному. Саша и Миша, приготовьте гимнастическую скамейку. Лиза, принеси 3 обруча, Настя, приготовь конусы, пожалуйста.

(*Воспитатель вместе с детьми расставляет снаряды*).

- Сегодня, ребята, мы будем упражняться в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках, прыгать из обруча в обруч двумя ногами вместе, закрепим умение прокатывать мяч между предметами. Первое упражнение нам покажет Лера. Нужно встать на колени, взяться за скамейку хватом сбоку, продвигаться вперед на четвереньках.

- Аскар продемонстрирует прыжки из обруча в обруч. И. П. - ноги вместе, руки на поясе, прыжки с продвижением вперед.

- Тоня покажет, как нужно правильно прокатить мяч между конусами. Берем мяч из корзинки, ладошки сделали «Совочком» и прокатываем мяч между конусами. После чего кладем мяч в другую корзину.

*(Воспитатель напоминает детям о том, что упражнения следует делать по очереди)*

После прохождения всех этапов нужно встать в хвост колонны.

По команде воспитателя: *«Начали!»*

Дети поточным способом один за другим, выполняют ползание на четвереньках, переходят к прыжкам на двух ногах, после чего приступают к упражнению с мячом. Повторить 2-3 раза.

В процессе выполнения детьми основных видов движения воспитатель координирует правильность и четкость выполнения заданий.

- Упражнения закончили. Молодцы! (*Инвентарь убирается на место*).

**Заключительная часть**

Игра малой подвижности *«Угадай, кто позвал»*.

Воспитатель: - Встаем, ребята, в круг. Угадывать по голосу будет Егор , закрывай глаза!

*Дети идут по кругу и говорят:*

Мы немножко порезвились

По местам все разместились.

Ты загадку отгадай

Кто позвал тебя, узнай!

Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель: - Наше занятие подошло к концу. Построились в колонну по одному. Дети уходят на группу.