**Воспитатель:** Изгагина С.В.

**Тип НОД:** классический.

**Задачи.**

1. Образовательные: разучивание ползания по скамейке, подтягиваясь руками;

совершенствование умения отбивать мяч одной рукой.

1. Развивающие: развитие равновесия в ходьбе по буму с дополнительным заданием.
2. Воспитательные: воспитание внимательности и собранности, основ безопасности при выполнении заданий; интереса и любви к занятиям физкультурой.

**Оборудование:** флажки по количеству детей, гимнастическая скамейка, гимнастический бум, мячи по количеству детей, маты (две штуки), маска совы.

**Интеграция:** познавательное развитие.

**Дата:** 15.11.18

**Время:** 10:40 - 11:10

**Место проведения:** спортивный зал

**Кол-во детей:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части занятия | Содержание занятия | Дозировка | Методические указания |
| 1. Подготовительная 2. Основная 3. Заключительная | 1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия. Повороты на месте 2. Ходьба в колонне по одному:  * обычная * выпадами, руки на поясе * спиной вперед * на носках, руки вверх  1. Бег  * обычный * по сигналу-смена направления движения  1. Ходьба с восстановлением дыхания, перестроение в колонну по три в движении. 2. **ОРУ** (с флажками)  * И.п. – основная стойка, флажки внизу. 1-руки вперед; 2-поднять руки вверх; 3-руки в сторону; 4-исходное положение. * И.п. – стойка, ноги на ширине плеч, флажки внизу, руки прямые. 1-2-поворот вправо(влево), флажки в стороны, руки прямые; 3-4-вернуться в исходное положение * И.п.-основная стойка, флажки у груди, руки согнуты. 1-2-присесть, флажки вынести вперед;3-4-исходное положение * И.п. - сидя, ноги врозь, флажки у груди, руки согнуты.1-2-наклониться вперед, коснуться палочками у носков ног;3-4-выпрямиться, вернуться в исходное положение * И.п. – лежа на спине, ноги вместе прямые, руки за головой. 1-согнуть ноги в коленях, коснуться палочками флажков колен;2-вернуться в исходное положение * И.п. – основная стойка, флажки внизу.1-прыжком ноги врозь, флажки в сторону; 2-прыжком ноги вместе, вернуться в исходное положение * Ходьба в колонне по одному, оба флажка в правой руке над головой. Перестроение в две колонны в движении.  1. **ОВД**  * Ползание на скамейке на животе, подтягиваясь руками.   Ходьба по гимнастическому буму, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти до конца   * Отбивание мяча от пола правой и левой рукой  1. **Игра «Совушка»**   На одном из углов зала обозначается гнездо совушки. В гнезде находиться водящий-совушка. Остальные играющие бегают по залу, изображая жуков, бабочек и других насекомых. Через некоторое время инструктор говорит: «Ночь!». Играющие замирают на месте в той позе, в какой их застала ночь. Совушка вылетает из гнезда. Медленно летит, машет крыльями и смотрит, не пошевелится ли кто. Того, кто пошевелится, совушка уводит к себе в гнездо. Инструктор говорит «День», бабочки, жуки и насекомые опять начинают летать, кружиться, жужжать. После двух-трех вылетов совушки на охоту подсчитывается число пойманных. Выбирается другая совушка.   1. **Игра малой подвижности**: «Изобрази спортсмена» (ребенок изображает спортсмена и его характерные движения, а все остальные отгадывают, кого изображает ребенок). 2. **Построение, сообщение итогов.** | Одна минута  Один круг  Один круг  Один круг  Один круг  Два круга  Два круга  Восемь раз  Шесть-восемь раз  Восемь раз  Шесть-семь раз  Шесть раз  После серии прыжков на счет 1-8 ходьба.  Повторить 2-3 раза  Два-три раза  Два-три раза  По десять раз два раза  Три минуты  Две минуты  Одна минута | Смотреть за направлением движения через правое плечо  Следить за сохранением дистанции  Первая подгруппа  При ползании по скамейке (горизонтальной) на животе нужно вытянуть руки, захватить края скамейки (большой палец сверху, остальные снизу) и тело подтянуть с помощью обеих рук. Ноги не разводить, носки тянуть.  Вторая подгруппа  До начала игры рассказать детям о повадках совушки, о том, что она хорошо видит ночью. Предупредить, что совушка должна следить одновременно за всеми «насекомыми». |