**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 минутаОдин кругОдин кругОдин кругОдин кругДва кругаДва кругаВосемь разШесть-восемь разВосемь разШесть-семь разШесть разПосле серии прыжков на счет 1-8 ходьба.Повторить 2-3 разаДва-три разаДва-три разаПо десять раз два разаТри минутыДве минутыОдна минута | Смотреть за направлением движения через правое плечоСледить за сохранением дистанцииПервая подгруппаПри 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 подгруппаДо начала игры рассказать детям о повадках совушки, о том, что она хорошо видит ночью. Предупредить, что совушка должна следить одновременно за всеми «насекомыми». |