

Организация непосредственно образовательной деятельности детей  
в подготовительной к школе группе (дети 6-7 лет)

Автор конспекта НОД: Захарова Ю.В. - инструктор по физической культуре  
МБДОУ №72 «Дельфиненок» г. Железнодорожск, Красноярского края

**Приоритетная образовательная область:** «Физическое развитие»

**Цель:** формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

**Задачи:**

1. Воспитательные: воспитывать желание быть здоровыми и укреплять своё здоровье.
2. Развивающие: Развивать физические качества: скоростные, выносливости, координации, развивать ловкость и глазомер, умение прыгать в высоту с разбега.
3. Образовательные: закреплять умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног, укреплять мышцы ног, спины, формировать правильную осанку, способствовать профилактике плоскостопия.

**Форма НОД:** занятие

**Форма организации:** групповая

**Место проведения** – физкультурный зал.

**Оборудование:** теннисные мячи по количеству детей, обручи 6- 8 шт., 2 стойки, длинная гимнастическая палка, большой обруч, шарф.

**Предполагаемый результат:**

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Самостоятельное выполнение основных физических упражнений

Руководство деятельностью:

1. <u>Основная часть</u> 1. Построение детей в одну шеренгу, приветствие. Равняйся! Смирно! На право! В обход за направляющим по залу шагом марш! 2. Ходьба: - в колонне; - на носочках, руки вверх; - на пятках, руки на пояс; - обычным шагом. 3. Бег: - обычный; - с захлестыванием голени; - с высоким подниманием бедра. 4. Переходим на ходьбу, восстанавливаем дыхание. Перестроение для выполнения ОРУ	10 мин.  2 мин.  3 мин.  3 мин.  2 мин.	Встали прямо, спинки прямые, руки при повороте прижаты.  Соблюдаем дистанцию Пальцы прямые.  Держим дистанцию Руки вдоль туловища согнутые в локтях.  Руки в стороны- вдох, руки вниз- выдох. Берем мячи, встаем на большие, желтые квадраты.
2. <u>Основная часть</u> 1. Комплекс ОРУ с малыми мячами 1. И. п. : стойка ноги врозь, руки с мячом за головой. 1 – руки в стороны, мяч в правой руке; 2 – и.п.; 3 – руки в стороны, мяч в левой руке; 4 – и.п.	15 мин. 3 мин.  5-6 повторений	Упражнение выполнять зеркально, под счет. Метод показа и объяснения.

<p>2. И. п.: о. с.  1 – мяч в правой руке; правую прямую ногу вверх, переложить мяч под ногой в левую руку;  2 – и. п.;  3 – мяч в левой руке; левую прямую ногу вверх, переложить мяч под ногой в правую руку;  4 – и. п.</p> <p>3. И. п.: широкая стойка.  1 – мяч в правой руке; наклон вперед, переложить мяч в левую руку за правой голенью;  2 – и. п.;  3 – мяч в левой руке; наклон вперед, переложить мяч в правую руку за левой голенью;  4 – и. п.</p> <p>4. И. п.: ноги врозь, мяч в руках.  1 – подбросить мяч вверх;  2 – хлопок за спиной;  3 – поймать мяч;  4 – и. п.</p> <p>2. Основные виды движений  - прыжок из обруча в обруч, расстояние 30см друг от друга, 6-8 шт.  - прыжок в высоту с разбега, высота планки от 5 до 40см. (поднимается после преодоления предыдущей высоты)</p>	<p>5-6 повторений</p> <p>12 мин.</p> <p>по 3-5 проходов</p>	<p>Ногу поднимать прямо, как можно выше.  Сохранять равновесие.</p> <p>Наклоняться, не сгибая колени. Стараться передавать мяч как можно ниже.</p> <p>Подбросить мяч выше, чтобы успеть сделать хлопок за спиной.</p> <p>Тянем колено выше  Разбег сильнее</p>
<p>3. Заключительная часть</p> <p>Подвижная игра «Снеговик»  Выбирается один ребенок «Снеговик», встает в домик (обруч), завязывает шарф. Остальные дети встают в полукруг.  «Снеговик» говорит слова:  - Я, ребята, Снеговик  К стуже, к холоду привык,  Снеговик я не простой,  А веселый, озорной,  Очень я люблю играть,  Бегать, прыгать, догонять!</p> <p>После слова, догонять, дети убегают в произвольном направлении, а «Снеговик» их догоняет, кого задевает, тот встает в домик Снеговика. Игра продолжается пока Снеговик не поймает всех детей, или по ситуации, отслеживает инструктор.</p> <p>Игра малой подвижности  «Обруч по кругу». Дети образуют круг. В круге игроки берутся за руку так, чтобы обруч был на сцепленных руках.  По сигналу руководителя игроки начинают передавать обруч друг другу не расцепляя рук, пролезая сквозь него.</p> <p>Итоги занятий.</p>	<p>5 мин.</p>	<p>Вспоминаем правила безопасности бегать не наталкиваясь друг на друга.</p> <p>Во время игры нельзя расцеплять руки.</p>