**НОД**

*(образовательная область - физическое развитие)*

***"Веселый цирк"***

*(для детей средней группы)*

Воспитатель:

Прыткова И.В.

**Программное содержание:**

**Оздоровительные задачи:**

Формировать навыки правильной осанки, развития опорно-двигательный аппарат:

Укреплять органы дыхания, мышцы брюшного пресса;

Развивать основные функции вестибулярного аппарата.

**Развивающие задачи:**

Продолжать учить детей ходьбе и бегу в колонне по одному: ходьбе на носках, на пятках, на внешней стороне ступни, подскокам в прямом направлении. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в равновесии при ходьбе по доске и канату; в прыжках на двух ногах через предметы; в ползании на четвереньках под дугой, в метании мешочков в горизонтальную цель (обруч) правой и левой рукой.

Повторить подвижные игры, освоенные детьми на предыдущих занятиях. Создать игровую ситуацию, активизирующую мыслительную деятельность детей с использованием развивающих приемов обучения; содействовать интеграции двигательной и познавательной деятельности детей. Учить детей согласовывать движения с музыкой, развивать чувство ритма.

**Воспитательные задачи:**

Воспитывать у детей умение проявлять решительность, уверенность в своих силах;

Воспитывать умение у детей преодолевать трудности физического характера: воспитывать терпение и выносливость;

Влиять на воспитание чувства прекрасного, легкости, грациозности.

**Предварительная работа:** рассматривание иллюстрации «Цирк»; с/п игра «Мы артисты цирка».

**Оборудование:** тоннель, мячи, доска, мешочки для метания, 3 обруча.

**Ход НОД.**

**I вводная часть.**

Воспитатель: Дети вы любите цирк? Тогда давайте поиграем и устроим необычное цирковое представление. Хлопни, топни, покружись в артистов цирка превратись.

Представление в цирке начинается с парада-алле.

Внимание! Участники парада в одну шеренгу, становись!

Направо! Шагом марш!

Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг ходьба в колонне по одному

Вот семейство акробатов

На носках идут ребята. ходьба в колонне по одному на носках

Друг за другом ровный ряд.

Клоуны на пятках веселят ребят. ходьба на носках

Идут медвежата

Неуклюжие смешные

Все забавные такие ходьба на внешней стороне ступни

По арене идёт конь

Рыжий гребень, как огонь ходьба с высоким подниманием колен

Конь бубенчиком бренчит

По арене он бежит бег

Внимание! Парад-але завершается ходьба

Воспитатель: Жонглёры готовятся к выступлению (дети берут мячи)

**Основная часть**

**Общеразвивающие упражнения с мячом**

**1. «Мяч за голову»**

И.п. ноги на ширине плеч. мяч внизу

1-2 мяч вверх, посмотреть 3-4 - за голову, голову не опускать, 5-6 - мяч вверх, посмотреть, 7-8 - и.п. повторить 6 раз.

**2. «Наклоны с мячом»**

И.п. ноги на ширине плеч. мяч внизу

1-поднять мяч вверх. 2-наклон в правую сторону. Руки прямые, мяч в руках над головой

3-вернуться в и.п. то же в другую сторону.

**3. «Повороты в сторону»**

И.п. – ноги на ширине плеч, руки у груди, поворот вправо – руки в сторону, вернуться в и.п.

То же влево (6-8 раз).

**4. «Непослушный мальчик»**

И.п. стоя на коленях, руки в сторону, мяч в правой руке

1-сед на пятки, переложить мяч за спиной, 2-встать на колени, руки в стороны, мяч в левой руке

3-4 тоже самое

Повторить по 3 раза в каждую сторону

**5. «Дотянись»**

И.п. сидя, ноги врозь, руки с султанчиками вверху.

Наклониться к правой ноге, коснуться султанчиками ноги, вернуться в и.п. (6-7 раз)

**6. Прыжки «Нам весело»**

1, 2, 3, 4 - прыжки, мяч внизу, 5, 6, 7, 8 – вытянутые руки вперёд – ходьба, 1, 2, 3, 4 – прямые руки вверх, прыжки, 5, 6, 7, 8 – вытянутые руки вперёд – ходьба

**Представление начинается**

Воспитатель: Первым номером программы выступают воздушные гимнасты, вторым номером – дрессированные собачки, далее бесстрашные тигры пролезут через горящий тоннель головой вперёд, затем выступят смелые канатоходцы.

**Основные виды движений:**

1.Ходьба по скамейке руки в стороны с поворотом вокруг себя посередине доски, спрыгивание

2.Прыжки на двух ногах через палки, расстояние между ними 50 см.

3.Подлезание под дугой (на четвереньках головой вперёд)

4.Метание мешочков в горизонтальную цель (обруч) правой и левой рукой.

Я циркач и ты – циркач, будем в цель кидать мы сейчас

**III Часть Подвижная игра «Найди себе пару»**

Сколько у солнышка ярких лучей

Столько в нашем цирке забав и затей.

Представление продолжается

Игра начинается.

Малоподвижная игра «Покатаемся на цирковом парашюте»

(Построение в круг, присесть, встать, ходьба по кругу под музыку)

Артисты уходят! До новой встречи на арене цирковой, а мы возвращаемся домой.

Хлопни, топни, покружись и в ребяток превратись

Спокойная ходьба по залу.

**Литература:**

Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет Е. Н. Варенник, О.Г.Кудрявцева .