**Управление образования**

**Администрации городского округа Саранск**

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Центр развития ребенка – детский сад № 46»**

***Конспект***

***итоговой непосредственно образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»***

**«Волшебный обруч»**

**Разработала и провела**

**инструктор по физической**

**культуре высшей**

**квалификационной категории**

**Спирькина Н.В.**

**Место проведения: МАДОУ**

**«Центр развития ребенка –**

**детский сад № 46»**

**Дата проведения:26.04.2019 г.**

**г.о. Саранск, 2019**

**Задачи**

1. Совершенствовать двигательные навыки дошкольников в обстановке предметно-игровой НОД.
2. Развивать у детей физические качества: ловкость, быстроту, меткость, координацию движений.
3. Определить уровень физической подготовленности детей на конец года.
4. Воспитывать дружелюбие, настойчивость в достижении цели, старательность, отзывчивость.
5. Создать у детей радостный, положительный настрой от занятий физкультурой.

**Физкультурное оборудование и реквизит**

1. Обручи малые – по количеству детей.
2. Обруч средний на стойке – 2 шт.
3. Обруч большой – 1 шт.
4. Гимнастическая скамейка – 1 шт.
5. Мешочки 150 г. – по количеству детей.

**Музыкальный репертуар**

1. «Робот Бронислав» исп. группа «Барбарики».
2. «Би-би, би-би, би-бика», исп. гр. «Непоседы»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть** | **Программное содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **I**    **II**  **III** | Построение в шеренгу, равнение, приветствие, мотивация НОД.  Перестроение в колонну по одному поворотом на месте.  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба на носках.  Ходьба в полуприседе.  Ходьба на пятках.  Ходьба с высоким подниманием колена.  Ползание на высоких четвереньках.  Прямой галоп.  Обычный бег в колонне по одному.  Ходьба в колонне по одному.  Восстановление дыхания.  «Обними себя за плечи».  Взять обручи.  Перестроение в 3 колонны поворотом в движении.  **ОРУ**  *Ритмический комплекс с обручами:*  Ходьба на месте.  1. Обруч в прямых руках вперед-вверх, вперед – вниз.  2. Повороты туловища вправо-влево, обруч перед грудью.  3. Надеть обруч на шею, наклон вперед, руки в стороны.  4. Сидя, согнув ноги ,обруч перед собой на полу. Выпрямить ноги в обруч. Вернуться в и.п.  5. Встать в обруч. Присед – положить обруч на пол, встать, руки на пояс.  6. Прыжки из обруча в обруч, справа и слева.  7. Ходьба по обручу приставным шагом, вправо и влево.  8. «Вертушка» - раскрутить стоящий на полу обруч одной рукой.  9. Дыхательное упражнение «мыльные пузыри».  Перестроение в колонну по одному.  Построение в шеренгу.  **ОВД**  «Занимаемся с волшебным обручем» - полоса препятствий.   1. Ходьба по гимнастической скамье на носках, руки в стороны. 2. Прыжок в глубину – мягкий соскок в обруч. 3. Пролезание в обруч на стойке прямо и боком. 4. Прыжки из обруча в обруч.   Перестроение в круг.   1. Метание в обруч большого диаметра (горизонтальная цель) прямой рукой снизу.   **П.И.**  «Птицелов» с обручем.  Водящий выбирается считалкой.    Ход игры:  Птички разлетаются по залу, птицелов старается поймать их, накрывая обручем сверху. Попавшиеся, садятся на скамейку и придумывают себе название.  Поймав 5-6 птиц, птицелов спрашивает их названия и отпускает.  Игра начинается снова с новым птицеловом.  **Игра малой подвижности.**  «Светофор»  Ход игры.  Ходьба врассыпную по залу, с обручем в руках (руль), обращая внимание на сигналы светофора: зеленый – идем, красный – стоп.  Построение в шеренгу.  **Подведение итогов.**  - Что же вы мне можете сказать, ребята, почему обруч волшебный?  - Потому что с ним можно выполнять много интересных движений, играть. Он помогает нам стать сильными, ловкими, здоровыми. Может превращаться в разные предметы. Можно и самим придумывать забавы с обручем.  Уход из зала. | 1 мин.  2 мин.  5 мин.  5-6 р  6 р  5-6 р  5-6 р  4-5 р  8-10 р  2 р  5-6 р  10 мин.  3 подхода  3  раза  3-4 р  1-2  мин. | - Что такое волшебство?  - Превращение, чудо.  - Правильно, сегодня в зале нашим другом будет волшебный обруч, а почему он такой мы скоро узнаем.  Обращать внимание на дистанцию, контроль осанки и дыхания.  - следить за качеством выполнения заданий  - напоминать о носовом дыхании.  -руки в стороны – вдох носом,  -обхватить руками плечи - выдох  - Дети у нас в руках обручи, что вы можете про них сказать?  - они круглые, разноцветные, сделаны из пластмассы.  Обращать внимание на качество выполнения, на осанку детей.  - ноги в коленях не сгибать  - выполнять с полной амплитудой  - спину держать ровно  - обруч тихо на пол  - выполнять легко, пружинисто, мягко приземляясь  -отметить у кого лучше получается  - долгий спокойный выдох, губы трубочкой.  - обручи положить  (выполняется поточно)  Обращать внимание на качество выполнения и осанку детей.  - сохранять правильную осанку, голову держать ровно, смотреть вперед.  - приземляться на полусогнутые ноги, сохраняя равновесие.  - не задевать обруч, не касаться пола руками.  - легко, мягко, пружинисто,  руки на поясе.  (фронтально по сигналу)  - выполнять махом вперед- снизу прямой рукой.  - во время игры бегать, не наталкиваясь друг на друга.  Дышать носом.  Объяснить детям, что птицелов не держит птиц в неволи, а изучает и отпускает их.  Быть внимательными, передвигаться по залу не наталкиваясь друг на друга.  Отметить успехи и старание детей. |

**Литература:**

1. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет: Планирование и конспекты. – М.: ТЦ Сфера, 2007.
2. Погадаев Г.И. Физкульт – Ура! Физическая культура дошкольников. / Пособие для родителей воспитателей. – М.: Школьная пресса, 2003.
3. Реализация образовательной области «Физическое развитие» / авт.- сост. Г.Ю. Байкова, В.А. Моргачева, Т.М. Пересыпкина. – Волгоград: Учитель, 2015.
4. Шебеко В.Н. Развивающие игры по физической культуре для старших дошкольников. – Минск, Национальный институт образования, 2008.