

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Костромы «Детский сад № 1»

**Конспект**  
**непосредственно образовательной деятельности**  
**в средней группе**  
**на тему: «Наши ножки хороши»**  
**(Образовательная область «Физическое развитие»)**

**Подготовила:**  
Конанова Светлана Владимировна  
инструктор по физической культуре

2016

**Цель:** Формирование умения выполнять различные виды прыжков через игровую тренировочную деятельность

**Задачи:**

**Образовательные:** закрепить основные виды прыжков

**Развивающие:** способствовать развитию подвижности, координации движений, умения контролировать свои движения и управлять ими.

**Воспитательные:** создать условия для доброжелательного и уважительного отношения играющих друг к другу

**Оборудование:** игрушки зверей, камешки, канат

**Технические средства:** проектор, ноутбук, музыкальный центр.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Участники:** дети средней группы.

**Время проведения:** 20 мин.

**Программное содержание:** подвижные игры «Лягушки», «Лошадки», «Веселые зайчата», игра малой активности «Молчок».

### Ход занятия

Содержание	Дозировка	Методические указания	Организационно-методические указания
<b>Вводная часть</b>			
Перед входом в зал  Преодоление преграды Построение в шеренгу	1 мин	Игровая мотивация	<b>Инструктор:</b> Здравствуйте, ребята! Перед входом в спортзал преграда. Как нам попасть в зал. Ответы детей: перешагнуть, перепрыгнуть.  Вы преодолели преграду. Как вы это сделали, с помощью чего? <i>Ответы детей: ног</i> Верно! Наши ножки сильные, быстрые. А вы хотите узнать, кому еще помогают сильные ножки? Я предлагаю вам совершить путешествие в страну «Попрыгайка», обитатели которой умеют по-разному прыгать. Вы согласны отправиться со мной? <i>Ответы детей</i> Путь в страну неблизкий, поэтому нужно ножки размять.

<p><b>Разминка:</b>  <b>«Ножки»</b>          Ходьба в рассыпную( на носочках, на пятках          Легкий бег          Прыжки на 2-х ногах          Легкий бег с построением в круг          Все бегут к исходной линии</p>	<p>2 раза          1 мин</p>	<p>Ритмично, легко          на 2-х ногах</p>	<p>Ножки, ножки шли по дорожке</p> <p>Бежали лесочком          Прыгали по кочкам</p> <p>Прибежали на лужок          Потеряли сапожок</p> <p>Нашли сапожок</p> <p>Вот мы и пришли в страну          «Попрыгайка»          Кто нас встречает первым?(слайд)  <i>Ответы детей: зайчик</i>          Вокруг себя повернись в зайчика превратись. Теперь мы с вами зайчата.</p>
<p>Игра малой подвижности <b>«Веселые зайчата»</b></p>	<p>1 мин</p>	<p>Движения выполняются в соответствии с текстом.</p>	<p>Ну-ка, дружно все присели,          Друг на друга поглядели.          Лапками похлопали:          Хлоп, да хлоп, хлоп, да хлоп          Что у зайцев на макушке?          -Пляшут весело там ушки.          Раз подскок, два подскок –          Поскакали все в лесок.</p>
<p><b>Основная часть</b></p>			
<p><b>«Лягушки»</b>          Подвижная игра</p>	<p>3 раза          6 мин</p>		<p>Что такое впереди (слайд), болото, как же через него перебраться?  <i>Ответы детей: перепрыгнуть, построить мост.</i>          Аудиозапись кваканье лягушек.          Кто это издает такие звуки?  <i>Ответ детей: лягушки</i>          На болоте живут лягушки, они легко передвигаются через болото по кочкам. Давайте превратимся в лягушек и пройдем</p>

<p>Перепрыгивание через канат Скачут врассыпную из исходного положения - полный присед</p> <p><b>Дыхательная гимнастика</b></p>		<p>Следить за дыханием</p>	<p>болото. Вокруг себя повернись и в лягушек превратись. На середине зала раскладывается канат (болото). Дети - лягушки. Инструктор говорит: Вот лягушки по дорожке Скачут, вытянувши ножки. Ква-ква-ква-ква! Скачут, вытянувши ножки По сигналу инструктора: хлопок в ладоши, дети прыгают в «болото».</p>
<p>«Лошадка» Подвижная игра</p> <p>Дети стоят и бьют «копытом»</p> <p>Бег прямым галопом врассыпную</p> <p><b>Дыхательная гимнастика</b></p>	<p>2 раза 5 мин</p>	<p>В галопе стараться приближать одну ногу к другой</p>	<p>Аудиозапись цоканье лошади Кто к нам приближается? <i>Ответы детей: лошадь</i> Появляется слайд Вокруг себя повернись и в лошадку превратись. Инструктор говорит текст: Цок, цок, цок, цок. Я лошадка серый бок Я копытцами стучу Если хочешь, прокачу. По окончанию слов дети скачут как «лошадки».</p>
<b>Заключительная часть</b>			
<p>Малой подвижности игра на восстановление внимания <b>«Молчок»</b></p>	<p>1 мин</p>	<p>Действовать в соответствии с текстом.</p>	<p>Покажи ладошки (показывают) Похлопайте немножко (хлопают) Покажите ножки (показывают) Потопайте немножко (топают) Покажите язычок (показывают) Поболтайте И молчок</p>

<p>Подведение итогов:</p> <p>Построение. Организованный выход из зала.</p>	2 мин		<p>Нам пора возвращаться обратно. Вокруг себя повернись и в детском саду очутись. Кого встретили в стране «Попрыгайка»? Чьи прыжки вам было выполнить сложно? Чьи легко? Молодцы!</p> <p>Вручение подарков от зверят.</p>
--	-------	--	---