**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №20»**

**Конспект НОД по физкультуре для ММО**

**инструкторов по физкультуре**

**Тема: «Путешествие в сказку «Колобок»**

**Подготовила и провела: Седова М.Н. (инструктор по физкультуре МДОУ д/с №20)**

**Цель:** Совершенствование и закрепление умений и навыков в основных видах движений; сохранение и укрепление здоровья воспитанников; формирование положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

**Задачи**

**Образовательные:**

* Упражнять детей в беге, ходьбе, прыжках с продвижением на двух ногах;
* Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
* Закреплять умение ползать на четвереньках по прямой через туннель.

**Здоровьесберегающие:**

* Продолжать укреплять здоровье детей, посредством применения здоровьесберегающих технологий (хождение по массажным дорожкам, дыхательные упражнения, пальчиковая гимнастика, корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия).

**Развивающие:**

* Развивать внимание, ловкость, выносливость, творческую активность в процессе двигательной деятельности.
* Развивать умение ориентироваться в пространстве зала, определяя свое положение в подвижной игре;

**Воспитательные**

* Воспитывать интерес к физической культуре и спорту и желание расширять свой двигательный опыт;
* Воспитывать эмоциональность, умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми и способность управлять своим поведением.
* Воспитывать умение соблюдать элементарные правила в подвижной игре.

**Материалы и оборудование:** массажные дорожки, корзина с мячами малыми – 3 цвета (по количеству детей), обручи (4 шт), канат, туннель, тренажер для дыхательных упражнений (птички).

**ХОД НОД**

1. **Вводная часть**

Дети входят в зал. В центре зала – корзина с мячами, накрытая тканью. Массажные дорожки расположены по периметру зала.

-Ребята, вы любите сказки?

-Сегодня я приглашаю вас отправится в сказочное путешествие. Хотите со мной?

-Отгадайте, в какую сказку мы пойдем?

Загадка

Бабка из муки в печи

Испекла не калачи,

Круглый он, румяный бок

Это вкусный …. (колобок)

-Правильно. Тогда в путь!

1. Ходьба обычная по кругу; *(жили-были дед и баба на полянке у реки)*
2. Ходьба на носках; *(и любили очень-очень на сметане колобки);*
3. Ходьба с высоким подниманием колена, руки на поясе *(На полянку детки весело спешат, дедушку и бабушку навестить хотят.*
4. Ходьба по массажным дорожкам;
5. Бег по кругу
6. **Основная часть**

-Вот мы шли, шли, шли, и в сказку мы пришли…

Инструктор: Давайте поможем бабушке приготовить Колобки?

**Пальчиковая гимнастика (дети в кругу)**

День весенний, день чудесный для гостей замесим тесто **(поднимать руки вверх и опускаем как моторчик)**

Я три горсточки муки сыплю в миску от души, **(имитация сыпания муки)**

Подолью воды немножко, **(имитация наливания воды)**

Размешаю тесто ложкой, **(вращение кистями рук)**

Тесто ручками сожму, **(сжимание кулаков)**

Колобочек соберу. **(хлопки)**

Ребята как вы думаете, получились у нас колобки? *Дети:* Да. *Инструктор*: Давайте с вами посмотрим. **(открыть корзину с колобками) У инструктора – большой мяч**

* 1. **Общеразвивающие упражнения**

1. И. п.: ноги на ширине плеч, мяч в правой руке внизу. Поднять руки в стороны, передать мяч в левую руку, руки в стороны, опустить вниз вдоль тела, вернуться в И.п. (4-6 раз) 2. И.п.: ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках. Мячик поднимаем вверх наклоном вниз. (4-6раз) 3. И.п.: ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. (4-6 раз) Присесть, вынести мяч вперед; встать, вернуться в И.п. (4-6 раз) 4. И.п.: стоя на коленях мячик перед собой в обеих руках, повороты. (4-6 раз) 5. И.п.: сидя , ноги вместе мяч - перед собой. Прокатывание мяча по ногам до ступни и обратно, помогая руками. (4-6 раз)

6. И. п. мяч держать в обеих руках прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой (по 3 раза)

-Мы так весело играли, и немножечко устали, а восстановить дыхание нам помогут волшебные птички –невелички (вдох через нос, выдох через рот) Птицы расположены на обруче, инструктор в центре – держит обруч так, чтобы птицы находились на уровне глаз детей, дети подходят, и под руководством инструктора выполняют дыхательные упражнения)

*Ходьба по кругу – мячи в корзину, построение в 1 колонну у стены, перестроение в шеренгу (нале-во, раз,два)*

-Покатился колобок по дорожке…(мяч-колобок большой – на пенек)

-Кого он встретил на своем пути? (зайца) (обручи 5 шт)

*установка конуса с изображением зайца, подготовка реквизита (воспитатель)*

-А еще кого он встретил? (волка) (канат)

установка конуса с изображением волка, подготовка реквизита (воспитатель)

- А после волка, кого он встретил? (медведя) (туннель)

*установка конуса с изображением медведя, подготовка реквизита (воспитатель)*

-Вместе со сказочными героями, мы будем выполнять упражнения (показ)

Показ движений

**2.2. УПРАЖНЕНИЯ В ОСНОВНЫХ ВИДАХ ДВИЖЕНИЙ** (поточным способом)

-прыжки с продвижением из обруча в обруч;

-хождение по канату приставным шагом с опорой на середину ступни

-ползание на четвереньках по прямой через «туннель»

**(повтор 3 раза)**

* 1. **Подвижная игра «Лиса и зайчики» (обручи и мячики 3 цветов)**

Кто же еще встретился на пути у колобка? (лиса на руке)

Лиса: Колобок, колобок, я тебя съем!

-Не ешь, лисичка колобка, лучше поиграй с нами!

Дети берут мячики 3 цветов, занимают домик-обруч по цвету. Лисичка уходит спать, а зайчики выходят из своих домиков, и прыгают. По команде лисичка просыпается, и ловит зайчиков. Задача детей – успеть в свой домик в соответствии с цветом флажка.

**Игра – 2 раза**

(собрать реквизит - воспитатель)

-Молодцы ребята, хорошо с лисичкой поиграли. Не будет она есть нашего колобка.

-А мы с вами возвращаемся из сказки в детский сад.

- 1 2 3, вокруг себя повернись….и в детском саду очутись

1. **Заключительная часть**

- В какую сказку мы путешествовали?

- Что вам понравилось?

-Кто играл с нами в игру?

- Вы меня сегодня порадовали. Молодцы!

(выход в группу)