

Конспект непрерывной образовательной деятельности по физической культуре

Программное содержание. Учить детей бросать и ловить упражнять ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу

Пособия. 1-2 наклонные доски, мяч средней величины.

Методика проведения занятия.

1 часть. Ходьба и бег в колонне по одному по краям комнаты.

2 часть. Общеразвивающие упражнения.

1. И. п.: стоя, руки вниз. Поднять руки в стороны и одну ногу — петушок, вернуться в исходное положение. Выполнить движение на другой ноге (3-4 раза).



2. И. п.: лежа на животе, руки согнуты, ладони под подбородком. Вытянуть руки вперед, развести в стороны, приподнять верхнюю часть туловища — «рыбки плавают», вернуться в исходное положение (3-4 раза)

3. И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. Подтянуть согнутые ноги к туловищу, обхватить их руками — «мишка играет» вернуться в исходное положение (3-4 раза).

4. Пскоки на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Руки держать свободно — зайки прыгают (20-25 с). Ходьба друг за другом

Основные виды движений Бросание и ловля мяча Воспитатель бросает мяч каждому ребенку 1-2 раза обеими руками снизу. Дети стоят полукругом. Во время броска воспитатель называет имя ребенка

Ходьба по наклонной доске с последующим заданием — поползти на четвереньках до определенного места (до флажка, куклы, скамейки и т. д.). Дети выполняют упражнение по одному друг за другом 2-3 раза. Предлагать детям выполнять упражнение самостоятельно.

Подвижная игра «Солнышко и дождик»(2-3 раза).

3 часть. Ходьба гурьбой за воспитателем