**План-конспект НОД на тему:** **«МЯЧИ – ЛОВКАЧИ»**

Зверева Е.Б.,

инструктор по физической культуре

ГБДОУ 28 Кировского района СПб

Движение – основа основ, фундамент настоящего и будущего здоровья детей, их гармоничного физического развития, важнейшее условие и средство общего развития ребенка.

        Современными педагогами (Л.Ю. Костыркина, О.Г. Рыкова и др.) отмечается, что в подавляющем большинстве дети, начиная с раннего возраста, уже страдают дефицитом движений. Двигательный дефицит приводит к функциональным нарушениям в организме ребенка: снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопия, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости, силы.

        Основной формой систематического обучения детей раннего и дошкольного возраста физическим упражнениям являются физкультурные занятия.

        Сюжетное занятие – одна из организованных форм проведения занятий по физкультуре, способствующая воспитанию интереса детей к процессу выполнения упражнений. Увлекательными и интересными занятия делает сюжет, «рассказывающий» о каких-либо конкретных событиях с участием взаимодействующих персонажей, знакомых детям. Их содержание позволяет вести занятие на эмоционально-положительном контакте педагога с детьми, удовлетворяет потребности ребенка в познании, активной деятельности, в общении со сверстниками, побуждает ребенка к творческой активности, самовыражению, снимают скованность, эмоциональное напряжение.

**Тема занятия**: «**Мячи – ловкачи**».

**Тип занятия**:  комбинированное (информативно-практическое)  занятие по закреплению знаний и способов действий.

**Вид занятия**:  практическое занятие

**Форма организации занятия**: индивидуально-групповая

**Продолжительность занятия:** 25 минут

**Цель:**развитие у детей дошкольного возраста устойчивой мотивации к физкультурным занятиям.

**Задачи:**

Обучающие:

- закреплять  навыки использования мяча в игре;

- закреплять умения в ходьбе и беге разными способами (на носках, по ребристой доске, с перешагиванием предметов)

Развивающие:

- формировать умения передачи мяча друг другу через сетку.

- закреплять умения и навыки владения мячом: ведение рукой и ногой мяча.

- развивать внимание, двигательную реакцию, ориентировку в пространстве в игровых упражнениях с мячом.

Воспитательные:

 - формировать у детей интерес и увлеченность к занятиям с мячом.

 - развивать навыки поведения в коллективе, воспитывать товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи в играх с мячом.

**Организация занятия:**

Дети организованы в колонну по одному с последующим перестроением в спортивном зале в три шеренги для выполнения упражнений с мячом.

**Методы обучения**:объяснительный, репродуктивный, наглядный.

**Оборудование:**

***техническое оснащение:***

 мячи по количеству детей, 100 пластмассовых мячей двух цветов, скамейка, 1 большая корзина, 2 маленьких корзины, зрительные ориентиры,  мишень, свисток;

музыкальный комплекс.

***дидактический материал:***

музыкальная тематическая коллекция.

**Ход занятия.**

Приветствие.  Психо – эмоциональный настрой:

-*организация внимания, приветствие, общение*

**Инструктор:**

- Ребята, сегодня к нам пришел гость, гость веселый, прыгучий, игривый.

А кто он вы узнаете, если отгадаете загадку:

Он круглый, он гладкий,

Он так ловко скачет.

Весёлый, забавный…

Так что ж это?   -  (Мячик).

 - Правильно, ребята, это мяч. И сегодня мы будем все движения выполнять с мячом. И в  разминке мячи нам  тоже помогут:

 - ходьба обычная (10 сек);

 - ходьба змейкой между мячами, руки в стороны (10 сек.);

 - ходьба на наружных сторонах стоп, руки на поясе (10 сек.);

 - ходьба, перешагивая через набивные мячи, руки к плечам (10 сек.);

 -непрерывный бег в медленном темпе (1 – 1,5 мин.);

 - ходьба мелким шагом с замедлением темпа движения(20 сек).

По ходу движения дети берут  мячи, перестроение в колонну по три.

**1.Общеразвивающие упражнения.**

*«Мяч – мячик, вверх – вниз скачет»*

И.п.: стоя, ноги вместе, мяч в обеих руках перед грудью.

1 – поднять мяч в прямых руках вверх, посмотреть на него.

2 – вернуться в и.п.

3 – 4 – то же./5  - 6 раз.

*«Мяч – мячик, с боку на бок скачет»*

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч в прямых руках перед собой.

1 – поворот корпуса вправо,

2 – и.п.

3 – поворот корпуса влево,

4 – и.п./ 5 – 6 раз

*«Надо мячик наклонить, так чтобы не уронить»*

И.п.: стоя, ноги широко поставлены, мяч в прямых руках над головой.

1 – наклониться вперед.

2  - и.п.

3 – наклониться назад.

4 – и.п./ 5 – 6 раз.

*«Мяч – мячик, быстро, ловко скачет».*

И.п.:  стоя, ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках.

1 – 4 – отбиваем мяч о землю правой рукой.

5 -8 – отбиваем мяч о землю левой рукой./ 3 раза .

*«Мяч-проказник убежал, догонять его я стал!»*

И.п.: сидя, руки в упоре сзади, мяч на ногах у стоп.

1 – поднять прямые ноги вверх (мяч катится к туловищу)

2 – и.п., мяч возвращается в и.п. руками.

3-4 – отдыхаем.

Выполняется в медленном темпе/5 -6 раз.

*«Быстро, ловко, высоко – прыгаем, как мяч,  легко».*

И.п.: стоя, ноги вместе, мяч на земле перед собой, руки на поясе.

1 – 4 – прыжки на двух ногах вокруг мяча влево (вправо).

5-8 – ходьба на месте / 6 раз

 Перестроение в два звена.

***2.*Основные виды движений.**

Инструктор:

 - Ребята, выполняя упражнения с мячом, вы показали свою ловкость и  гибкость. А теперь давайте покажем, какие вы сильные, выносливые, быстрые.

- Перебрасывание мяча через препятствие (натянутую веревку) одной рукой

(расстояние  2 метра). Способ организации фронтальный

Звенья стоят по разные стороны от сетки. По команде педагога,  1 звено перебрасывает мяч одной рукой через веревку, 2 звено ловит и по команде педагога вновь перебрасывает мяч через сетку 1 звену. 3 раза.

- Метание мяча в цель (бросаем маленькие мячи в корзину.) Способ организации посменный (одно звено выполняет упражнение, другое – отдыхает сидя на скамейке) (2 раза)

Перестроение в колонну по одному.

- Метание мяча в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м., расстояние 1,5 – 2 м). Способ организации поточный. 2 раза

Перестроение в два звена.

*Подвижная игра «Салют».*

Для игры необходимо 100 пластмассовых мячей двух цветов, помещенных в большую корзину, и две корзины поменьше, в которую дети будут собирать мячи. Дети обеих команд становятся вокруг своих корзин, в которые они будут собирать мячи. На дно корзин педагог кладет по одному мячу разного цвета. Остальные мячи высыпаются из большой корзины на пол. По свистку каждая команда собирает мячи нужного цвета в свою корзину. Чья команда быстрее соберет мячи и построится вокруг своей корзины, та и победитель (1 – 2 раза).

Построение в колонну по одному.

Игра малой подвижности «Мяч по скамейке».

 Взяв мяч из своей корзины (предыдущая игра), дети прокатывают мяч по

скамейке друг за другом и кладут их в большую корзину на другой стороне зала.

**3. Рефлексия (2-3 мин.)** индивидуальные вопросы к детям по самооценке их деятельности на занятии

- Молодцы, ребята! Сегодня вы вместе со своим помощником  - мячом показали свою хорошую физическую подготовку и физические умения по владению им.