Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 «Ласточка»

**Конспект НОД по физической культуре**

 **«День спортивных лягушат»**

**в средней группе**

Разработал: Морозова Н. В.

Инструктор по физической культуре

г Красный Холм

2022 г.

Цель: создать радостное настроение, вызвать положительные эмоции от активного отдыха

Задачи: - укреплять здоровье детей;

- развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве;

- воспитывать коллективизм, чувства товарищества, умение

- сопереживать за команду.

Оборудование: колокольчик на ленте, обручи, конусы, 2 фитбола, музыкальный центр, оборудование для презентации.

Интеграция областей: физическое развитие, речевое развитие, соц.-коммуникативное развитие.

**Ход занятия:**

Дети под музыку входят в спортивный зал. Построение в одну шеренгу. Равнение.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята!

Ребята, а вы знаете, что сегодня - день лягушек,

День весёлых попрыгушек!

В этот день все дети скачут.

И смеются и не плачут.

А мы будем прыгать и играть?

Веселиться? Танцевать? *(ответы детей)*

Тогда мы можем превратиться в лягушат, а для этого скажем волшебные слова «На носочках покружись, в лягушат зеленых превратись». Выполняем все вместе.

Вот мы и лягушата. Предлагаю вам сделать «Зеленую разминку»

Постановка детей в круг.

Разминка в кругу:

Лягушата собрались,

Чтоб повеселиться.

И. п. -ноги вместе, носки широко развести в стороны, руки согнуть в локтях, ладошки держать перед собой, пальцы широко расставлены. Выполнение: на счет 1-2-выпрямить руки, ладони вперед, сказать"ква";3-4-и. п. *(Повторить 6 раз.)*

Высунулись из болота-

Не видать ли там кого-то?

И. п. -сидя на корточках, руки согнуть в локтях, ладошки держать перед собой, пальцы широко расставлены. Выполнение: на счет 1-3-встать, посмотреть вправо, влево;4-и. п. *(Повторить 6 раз.)*

Этот "кто-то" там стоит

И на лягушат глядит!

Это цапля!

И. п. –стоя на коленях, опор на ладони. Выполнение: на счет 1- прогнуть спину голову наверх, 2- выгнуть спину, голову опустить вниз. *(Повторить 4 раза.)*

Спрятались они под кочку

На весь день и на всю ночку.

И. п. -ноги вместе, руки на поясе. Выполнение: на счет 1-2-присесть, руками обнять колени, голову прижать к коленям;3-4-и. п. *(Повторить 4 раза.)*

Вот и все! Цапля ушла!

Веселится малышня.

И. п. -ноги вместе, руки согнуть в локтях, ладошки держать перед собой, пальцы широко расставлены. Выполнение: на счет 1-4-прыжки на месте на двух ногах, говорить:"ква-ква-ква";5-8-ходьба на месте. *(Повторить 3 раза.)*

Воспитатель: Размялись ребятки-лягушатки, а значит самое время играть.

Проводятся тематические подвижные игры и эстафета.

1. «Поймай комара» (Дети, стоя в кругу, подпрыгивают вверх, стараясь дотронуться до колокольчика, который педагог проносит над ними на расстоянии вытянутой вверх руки ребенка).
2. «Займи кувшинку» (Дети под музыку бегают врассыпную по залу, с окончанием музыки стараются быстро встать в обруч, лежащий на полу. Количество обручей на 3-5 штук меньше количества играющих).
3. «Лягушки-попрыгушки» (Эстафета в прыжках на фитболах).

Воспитатель: Дружно, весело играли, молодцы лягушата. Но нам пора превращаться в ребят. Для этого скажем волшебные слова «На носочках повернись и в мальчишку(девчонку) превратись». Делаем вместе.

Построение детей в одну шеренгу по росту, равнение. За направляющим под музыку выход из спортивного зала.