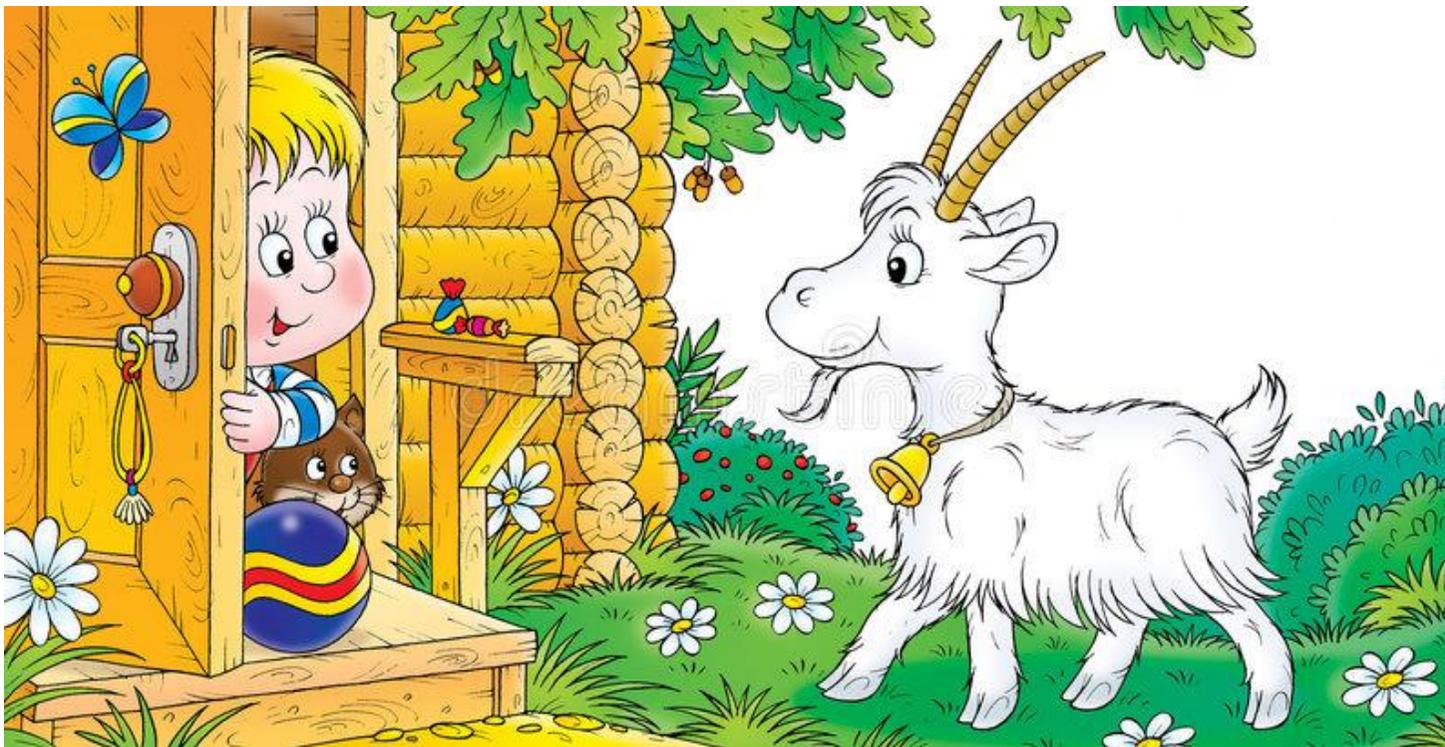


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
“Центр развития ребенка – детский сад № 28 “Огонек”

**Методическая разработка по физическому развитию  
«Конспект НОД для детей средней группы «В гости к Козлику»**



**Автор:** Ваганова Евгения Владимировна,  
Инструктор по физической культуре

город Бердск

**Описание:** Данная разработка рассчитана на детей средней группы и предназначена для инструкторов по физической культуре и воспитателей дошкольных образовательных учреждений. Образовательная деятельность проводилась в соответствии с перспективно-тематическим планом инструктора по физической культуре. Основные виды движений можно выполнять под музыкальное сопровождение (минус). Ссылка на музыкальный материал, конспект не в табличной форме, шаблоны для изготовления маски козлика и фотоотчёт здесь: <https://cloud.mail.ru/public/8Jj9/9KwhkpgiZ>

**Тема недели:** Устное народное творчество

**Продолжительность НОД** – 20 минут

**Интеграция областей:** Социально – коммуникативное, познавательное, художественно – эстетическое и речевое развитие.

**Цель:** Приобщение детей к русской народной культуре через устное народное творчество.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Обучать бегу в обход, через середину, в обход направо (налево).
2. Закреплять умение выполнять бег в медленном темпе.
3. Закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперёд.
4. Закреплять ходьбу по гимнастической скамье, перешагивая через предметы.

**Развивающие:**

1. Развивать скоростно-силовые и скоростные качества и функцию равновесия.
2. Развивать умение согласовывать слова и действия.

**Оздоровительные:**

1. Повышение функциональных возможностей организма.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать внимание, умение работать в коллективе.
2. Воспитывать потребность в занятиях физической культурой.

**Развивающая среда:**

- Мяч среднего диаметра – по количеству детей;
- Гимнастическая скамья – 2шт.;
- Часть тактильной дорожки либо (кубики, мячи...) – 3 шт.;
- Маска «козлика» - 1 шт.
- Музыкальное сопровождение (минус)

**Методы и приёмы:** наглядные, словесные, практические, игровые

**Предварительная работа:** Разучивание потешек про козлика.

Частные задачи	Содержание	Дозировка	Общие методические указания
1	2	3	4
<b>Вводная часть (3 мин)</b>			
Организационный момент.	1) Построение в шеренгу	35 сек	<b>Инструктор по физической культуре:</b> «Ребята, я предлагаю вам погулять, свежим воздухом подышать! А к кому мы отправимся на прогулку, вы узнаете, если отгадаете загадку»: «С бородой, как старый дед, в шубу тёплую одет. Целый день траву жуёт, никогда не устаёт. До чего упрям и зол старый бабушкин...» (Козёл) <b>Инструктор по физической культуре:</b> «Отправляемся на лужок, где и пасётся наш дружок! По дороге мы обязательно заглянем в огород, где капуста растёт. Как вы думаете, ребята, для чего мы капустку сорвём?»
Развивать координационные способности и ориентировку в пространстве.	2) Команды «Направо!», «Шагом марш!»	20 сек	«Вот шагают наши дети, Весело шагают! В гости к козлику идут, А оно и не знает». Следить, чтобы дети выполняли упражнение свободно, без лишнего напряжения.
Укрепление мышц сводов стопы, плечевого пояса.	3) Ходьба на носках, руки на пояс.	10 сек	«На носочки поднялись – Где же козлик? Покажись!» Следить за осанкой.
Развивать координационные способности.	4) Обычная ходьба	10 сек	Темп средний. Следить за осанкой.
Укрепление мышц ног, плечевого пояса. Ориентировка от себя.	5) Ходьба, высоко поднимая колени, руки на пояс.	10 сек	«Мы как козлики шагаем, И копытца поднимаем». Согнутую ногу поднимать выше, носок от себя. Следить за осанкой.
Укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Развивать координационные способности. Ориентировка в пространстве от себя. Закреплять умение выполнять бег в заданном темпе.	6) Бег в медленном темпе (в обход, через середину, в обход налево (направо) и т.д.	40 сек мин	«Поспешим к Козлику» Инструктор бежит во главе колонны и держит темп. Во время поворота направо (налево) проговаривает направление. Воспитатель группы следит за координацией движений.

1	2	3	4
Способствовать восстановлению дыхания, увеличению подвижности грудной клетки и повышению функциональных возможностей плечевых суставов.	7) Обычная ходьба с выполнением дыхательного упражнения. Вдох – руки внешними дугами вверх, Выдох – руки внешними дугами вниз.	20 сек  3 раза	Темп средний, переходящий в медленный.  Вдох носом, выдох длиннее вдоха. Движения руками с полной амплитудой.
Развивать внимание. Подготовить детей к выполнению ОРУ.	8) Дети строятся в две колонны и по сигналу поднимают мячи с пола.	35 сек	Дети встают на определённые ориентиры, обозначенные на полу. Мячи заранее разложены перед ориентирами. Мячи поднять с пола посредством наклона, ноги врозь.
<b>Основная часть (15 мин)</b>			
Укреплять основные группы мышц туловища. Ориентировка в пространстве на себе.	<b>ОРУ с мячом (4 мин)</b> <b>Комплекс «Как растёт капуста»</b>		<i>«Чуть проклюнулся росток – И уже как завиток! Так и будет он стараться – Всё расти и завиваться».</i> Выполнять раздельным способом. Темп умеренный. Следить за осанкой.
Укреплять мышцы плечевого пояса. Повышать функциональные возможности плечевых суставов.	1) И.п. – стойка ноги врозь, мяч внизу. 1. Мяч вперёд, 2. Мяч вверх, стойка на носках, 3. Мяч вперёд, опуститься, 4. И.п.	5 раз	<i>«Росток растёт»</i>  Руки в локтях не сгибать. Следить за осанкой.
Укреплять косые мышцы спины, плечевого пояса. Развивать гибкость. Повышать функциональные возможности тазобедренного сустава.	2) И.п. – стойка ноги врозь, мяч внизу. 1. Поворот направо, мяч вперёд, 2. И.п., 3. Поворот налево, мяч вперёд, 4. И.п.	5 раз	<i>«Росток завивается»</i>  Следить за осанкой. Стопы прижаты к полу, ноги в коленях не сгибать.
Укреплять мышцы спины. Повышать функциональные возможности тазобедренного сустава. Развивать гибкость.	3) И.п. – стойка ноги врозь, мяч внизу. 1. Наклон, мяч к носку правой ноги, 2. И.п., 3. Наклон, мяч к носку левой ноги, 4. И.п.	5 раз	<i>«Как положено вилку, Лист пригибается к листу»</i>  Ноги в коленях не сгибать.
Укреплять мышцы ног и плечевого пояса. Развивать равновесие. Повышать функциональные возможности плечевых суставов.	4) И.п. – стойка ноги вместе, мяч внизу. 1-2 Стойка на носках, мяч вверх, 3-4 И.п.	5 раз	<i>«Стоит капуста на крупной ножке, В охапке держит все одежки»</i>  Подниматься на носки как можно выше.

1	2	3	4
Укреплять мышцы ног и плечевого пояса. Развивать функцию равновесия.	5) И.п. – узкая стойка, мяч внизу 1-2 Присед мяч на голову, локти в стороны, 3-4 И.п.	5 раз	<i>«Как капуста хороша! Потому-что самый вкусный. Очень вкусный – лист капустный!»</i>
Укреплять ССС и нервную систему. Укреплять мышцы ног. Развивать координационные способности, скорость реакции.	6) Бег в среднем темпе в обход, мяч в руках в чередовании с бегом	2 раза по 15 сек	<i>«Поторопимся к козлику с капустой»</i> Следить за дистанцией. С бега на ходьбу и наоборот, переходить по сигналу.
Восстановление дыхания. Способствовать увеличению подвижности грудной клетки.	Дыхательное упражнение. И.п. – стойка ноги врозь, мяч вниз. Вдох – мяч вверх, Выдох – через рот, мяч вниз.	3 раза	Вдох носом, выдох длиннее вдоха. Движения руками с полной амплитудой.
Подготовить детей к выполнению ОВД.	Дети идут в обход кладут мячи в корзину и строятся в движении в круг.	20 сек	Выполнять спокойным шагом. Воспитатель при необходимости помогает детям.

#### ОВД (8 мин)

Развивать физические качества.	<b>Подвижная игра</b> <b>«Шёл козёл...»</b>		<i>«Вот мы и собрали угощение для козлика! А кто это там идёт?»</i> Дети выполняют движения в соответствии с текстом под музыкальное сопровождение (минус)
Развивать скоростно-силовые качества, ловкость. Развивать вестибулярный аппарат. Укреплять мышцы ног.	1) Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. • Ходьба друг за другом по кругу • <b>Прыжки на двух ногах друг за другом с продвижением вперёд.</b> • Остановится, повернуться лицом в круг и «дрыгать» ногами • <b>Прыжки на двух ногах друг за другом с продвижением вперёд.</b> • Кружиться парами, взявшись за руки. Обняться.	2 раза	Можно выполнять под музыкальное сопровождение «Шёл козёл по лесу...» (минус) <i>«И шел козел дорогою, дорогою, дорогою, Нашел козу безрогую, безрогую нашёл. Давай, вперёд, попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем. И ещё попрыгаем, попрыгаем, давай! И ножками подрыгаем, подрыгаем, подрыгаем! И опять попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем...»</i>
Соблюдать технику безопасности. Развивать функцию равновесия, координационные способности и ловкость. Укреплять мышцы ног.	2) Ходьба по гимнастической скамье, перешагивая через предметы. • <b>Ходьба по гимнастической скамье, перешагивая предметы, руки на пояс.</b>	1 раз	Дети строятся в колонну перед гимнастической скамьёй. <i>«И шел козел по мостику, по мостику, по мостику Нашел козу без хвостика, без хвостика козу...»</i>

1	2	3	4
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прыжки на месте</li> <li>• Останавливаются и «дрыгают» ножками</li> <li>• Кружиться парами, взявшись за руки. Обняться.</li> </ul>		<p>Со скамьи дети спрыгивают на мат и строятся в свободном порядке.  <i>«Давай, коза, попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем!  И ножками подрыгаем, подрыгаем, давай!  А теперь покружимся, покружимся, покружимся,  И с тобой подружимся, подружимся...»</i></p>
<p>Подготовить детей к проведению подвижной игры.</p>	<p>Построение в круг.</p>		<p><i>«Ребята, а хотите узнать, почему коза оказалась без хвостика?»</i></p>
<p><b>Подвижная игра (3мин)</b></p>			
<p>Развивать быстроту и ловкость.  Способствовать развитию речи.  Повышать положительный эмоциональный тонус.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Игра с «козликом»</b></p> <p><b>Описание игры:</b> «Козлик» встаёт в круг. Дети идут по кругу и произносят слова потешки:  <i>Вышел козлик погулять,  Свои ножки поразмять.  Козлик ножками стучит, («козлик» стучит «копытцем» и показывает «рожки»)  По-козлиному кричит:  «Бе-е-е, бе-е!»</i></p> <p>После последних слов дети убегают, а «козлик» их догоняет. Пойманный ребёнок, становится новым «козликом»</p>	<p>2 раза</p>	<p>Инструктор по физической культуре считалкой выбирает Козлика.  <i>«Шла коза по мостику  И махала хвостиком.  Зацепила за перила,  Прямо в речку угодила.  Кто не верит? Это он!  Выходи их круга вон!»</i></p> <p>Дети убегают в определённом направлении. Поддаваться нельзя.</p>
<p><b>Заключительная часть (3 мин)</b></p>			
<p>Способствовать восстановлению ЧСС.  Ориентировка в пространстве.  Способствовать развитию памяти и речи.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Малоподвижная игра  Хоровод «Козонька-коза»</b></p> <p><b>Описание игры:</b> Дети медленно, взявшись за руки, идут по кругу в заданном направлении и произносят слова потешки:  <i>Ах ты, козонька-коза,  Золотистые рога  Деткам кашку несешь,  Звонко песенки поёшь...  Ай, лю-ли ай лю-ли  Ай люлюшеньки лю-ли...</i></p>	<p>1 раз</p>	<p>Дети строятся в круг.  <i>«Устал козлик, снова проголодался. Пора маму-козу звать, чтобы она покормила нашего ретивого козлика».</i>  Следить, чтобы во время хоровода дети держали круг и чётко и громко произносили слова потешки.</p>

1	2	3	4
<p>Реализация принципа сознательности посредством осмысления результатов собственной деятельности. Способствовать развитию речи.</p>	<p><b>Рефлексия содержания ООД</b></p> <p>Инструктор по физической культуре предлагает детям вспомнить, что они делали во время прогулки.</p>		<p><i>«Наша прогулка закончилась и нам пора возвращаться в детский сад. Но прежде чем мы вернёмся, я предлагаю вам вспомнить, кого мы сегодня повстречали на прогулке и что делали».</i></p> <p>Способствовать, чтобы дети давали полный ответ.</p>

**Примечания:** Данный конспект можно адаптировать для детей 2-ой младшей группы (продолжительность ООД – 15 мин).

**1) В водной части:**

- Детям не загадывать загадку, а сразу предложить пойти в гости к Козлику.
- Убрать ходьбу на носках.
- Уменьшить продолжительность бега до 20-25 секунд.

**2) В основной части:**

- В комплексе ОРУ подобрать подобные, но более доступные для выполнения упражнения.
- После выполнения комплекса ОРУ дети идут класть мяч в корзину в свободном порядке.
- В основных видах движений прыжки с продвижением вперёд выполнить 1 раз, ходьба по гимнастической ходьбе без препятствий.
- В подвижной игре роль Козлика выполняет инструктор по физической культуре или воспитатель.