МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД НОЯБРЬСК

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «МАШЕНЬКА»

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК

Конспект непрерывной образовательной деятельности

в подготовительной группе

Образовательная область *«Физическое развитие»*

*«Весёлые обручи»*

Составила:

инструктор по физической культуре

Пустоварова Юлия Павловна

**Цель**: Создание условий для двигательной активности детей старшего дошкольного возраста с использованием обручей.

**Задачи:**

***Образовательные:***

* учить детей выполнять движения с использованием обручей
* совершенствовать двигательные умения и навыки детей в основных видах движений: ходьбе, беге в эстафетах с использованием обруча

***Развивающие:***

* Развивать быстроту, ловкость, координационные способности
* формировать у детей креативное мышление, инициативу, творчество,

***Воспитательные:***

* воспитывать интерес к занятиям по физической культуре, чувство взаимопомощи.

**Оборудование:** Обручи по количеству детей, конусы, музыкальный центр..

***Ход занятия.***

**I. Вводная часть.**

**Инструктор**: Группа, - Равняйсь! Смирно! Здравствуйте! Ребята, сегодня мы будем заниматься с интересным спортивным снарядом, а что это за снаряд, вы мне сами скажите. Этот спортивный снаряд в виде узкого кольца большого диаметра. Используется в художественной гимнастике и в фитнесе.

**Дети:** Обруч, хула-хуп.

**Инструктор**: правильно, это обруч, (демонстрация обруча) и сегодня мы будем заниматься с обручами.

**Инструктор:** Группа, Напра-Во! За направляющим в обход по залу Шагом-МАРШ!.

* Ходьба в колонне по одному.
* Ходьба из обруча в обруч правой, левой ногой. (обручи лежат в шахматном порядке).
* Ходьба боком через стоящие обручи.
* Бег в колонне по одному.
* Бег змейкой между стоящими обручами.
* Бег из обруча в обруч.
* Ходьба, восстановить дыхание.
* Перестроение в 3 колоны. По ходу дети берут обручи.

ОРУ под музыкальное сопровождение с обручами. Песня «Хала-хуп»

**На вступление:**

1. И.П. – О.С., обручи держать перед собой

1- 8 - наклоны головы вправо, влево, обруч на вытянутых руках вращаем вправо, влево ( 2 раза)

1 – 8 – приставной шаг вправо, обручи вправо, то же влево.( 2 раза)

**1 куплет**

1 – 8 - Обручи поднять вверх, кружиться на носках вокруг себя ( 1 раз)

1 – 8 – обручи опустить на плечи, поднять (1 раз)

1 – 8 – обручи поднять вверх, кружиться на носках (1 раз)

1 - 2 - обручи вверх

3 – 4 – опустить их на пол через себя

5 – 8 – хлопки над головой

1 – 8 - хлопки над головой

1 – 8 – приставной шаг вправо, влево

1 – 4 – полу присед, поочередно правая, левая рука вверх, вниз

1 – 4 – прыжки вокруг себя в обруче на каждый счет

1 – 8 – приставной шаг вправо, влево

1 – 4 – полу присед, поочередно правая, левая рука вверх, вниз

1 – 4 – прыжки вокруг себя в обруче на каждый счет

**Проигрыш**

1 – 2 – выйти из обруча

3 – 4 – прыжком взять обручи в руки

5 – 8 – на подскоках перестроиться в круг

1 – 8 – бег на подскоках по кругу

**2 куплет**

1 – 8 - бег приставными шагами по кругу, держа друг у друга обручи

1 – 8 – перестроение в одну шеренгу

1 – 8 – обручи опустить на плечи, поднять (1 раз)

1 – 8 – обручи поднять вверх, кружиться на носках (1 раз)

1 - 2 - обручи вверх

3 – 4 – опустить их на пол через себя

5 – 8 – хлопки над головой

1 – 8 - хлопки над головой

1 – 8 – приставной шаг вправо, влево

1 – 4 – полу присед, поочередно правая, левая рука вверх, вниз

1 – 4 – прыжки вокруг себя в обруче на каждый счет

1 – 8 – приставной шаг вправо, влево

1 – 4 – полу присед, поочередно правая, левая рука вверх, вниз

1 – 4 – прыжки вокруг себя в обруче на каждый счет

1 – 4 – поклон.

1 – 8 - на подскоках перестроение в одну колонну, убрать обручи.

**II. Основная часть.**

1. Перестроение в 2 колонны.

Эстафеты с обручами.

Инструктор: ребята, сейчас мы с вами поучаствуем в эстафетах с обручами. И первое задание – придумать название своей команде. (дети совещаются и говорят инструктору название своих команд)

***1 эстафета « Перенеси обруч»***

Двое из команды стоят друг напротив друга, держа в руках длинную гимнастическую палку, обручи (по количеству детей) лежат на полу, ребенок стоит в середине. Остальные участники стоят за одним из этих детей, в колонне. По команде инструктора, первый поднимает обруч, продевая его через ребенка и гимнастическую палку, бежит до ребенка напротив, продевает обруч через него и опускает на пол обруч, оббегает с внешней стороны детей, державших палку, и передает эстафету хлопком по руке следующему. Побеждает команда, выполнившая эстафету первыми.

Инструктор подводит итоги.

***2 эстафета «Держи крепко»***

Перед каждой командой стоят по 4 конуса. Дети в команде стоят парами лицом друг к другу и держат животами обручи. По команде инструктора, впереди стоящие проносят обручи, держа их животами над конусом, на 4 конусе дети отпускают без рук обруч на конус и возвращаются к своей команде, передав эстафету хлопком по руке. Если обруч падает, его нужно поднять и продолжить эстафету. Побеждает команда, выполнившая эстафету первыми. Инструктор подводит итоги.

***3 эстафета «Передай обруч»***

Дети сидят в колонне друг за другом, впереди сидящего, лежат обручи по количеству детей, последний ребенок сидит на стульчике. По сигналу первый ребенок начинает передавать обручи через вверх, последний ребенок продевает обруч через себя и опускает обруч на пол. Побеждает команда, выполнившая эстафету первыми. Инструктор подводит итоги.

***4 эстафета «Пройди тоннель»***

Дети стоят в шеренге, держат перед собой обручи, первый начинает проходить через обручи, как только он прошел первый обруч, его обруч начинают передавать в конец шеренги, как только, участник прошел через все обручи, ему отдают его обруч, он ставит его на пол и начинает выполнять эстафету следующий участник, эстафета продолжается до тех пор, пока не выполнят задание все участники из команды. Инструктор подводит итог эстафеты.

***5 эстафета «Докати и перепрыгни»»***

Дети стоят в колоннах. По сигналу впереди стоящие, начинают прокатывать обруч до ориентира, обежав ориентир, ребенок начинает прыгать через обруч, как только он пересек стартовую линию, эстафету начинает следующий. Побеждает команда, выполнившая эстафету первой. Инструктор подводит итог эстафеты.

**III. Заключительная часть.**

Инструктор: Ребята, вот и закончились наши эстафеты с обручами. Пора подводить итоги. 2 место в эстафетах заняла команда……, победителями стала команда……. Поздравляю вас ребята. Сегодня проигравших нет. Ведь каждый из вас получил заряд бодрости и хорошего настроения.

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования,

Обеспечивших успех!

Путь вам этот день запомнится,

Пусть болезни пройдут стороной.

Пусть все желания исполнятся

А физкультура станет родной!

Дети под спортивный марш выходят из спорт. зала и прощаются с инструктором!