

## НОД по Физической культуре

### Тема: «Мой веселый звонкий мяч».

**Цель:** повторить ползание и пролезание в обруч, познакомить с броском мяча через ленту, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать умение действовать по сигналу.

**Интеграция образовательных областей:** Физическая культура, Безопасность, Здоровье, Музыка.

**Оборудование:** мячи, спортивная дорожка, детская машинка.

### Ход НОД

В гости приехала большая грузовая машина и привезла мячи.

1. **«Пойдем по дорожке к машине».** Ходьба по извилистой дорожке 3-5 м, обозначенной лентой. Воспитатель показывает детям дорожку, говорит им, что по дорожке надо идти так, что бы не переступить через линию и не наступать на них. Дети идут друг за другом.
2. **«Достать мячик!»** исходное положение: стоя, держась за обруч. Наклониться в перед и положить обруч на пол, выпрямиться и показать руки. Наклониться, взять обруч и выпрямиться. Повторять упражнение 3-4 раза.
3. **«Наши ножки ходят по дорожке!»** ходить по наклонной доске (высота над полом 10-20 см) вверх и вниз 2-3 раза. Дети выполняют упражнение самостоятельно, воспитатель идет рядом и по желанию ребенка дает ему руку.
4. **«Мой веселый звонкий мяч».** Бросать мяч двумя руками через ленту, натянутую на уровне груди ребенка. Повторять 3-4 раза. Дети стоят на расстоянии 1м от ленты и вместе с воспитателем бросают мячи через нее, затем бегут за мячом и снова бросают.
5. **«Пробеги и не сбей».** Воспитатель ставит кегли на расстоянии 1м. Дети по очереди оббегают их и становятся на место. Главная задача пробежать и не сбить кегли.