

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 8 «Рябинка»
города Котовска Тамбовской области**

**Конспект НОД
по физической культуре
Тема «В гости к музыке»**

**Подготовила:
воспитатель Акимова Т. С.**

Цель. Закреплять умение согласовывать свои действия с музыкальным произведением.

Упражнять умение действовать с предметом, держать его обеими руками, на одной руке, катить, ловить.

Совершенствовать различные виды ходьбы, бег, подскоки.

Следить за правильной осанкой, плавными движениями рук.

Развивать ловкость, ритмичность, гибкость.

Воспитывать организованность, выдержку, внимание, воображение, сообразительность.

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

Оборудование: аудиозапись музыкальных произведений, по одному мячу и обручу на каждую девочку, 2 кольца с лентами.

Ход НОД

1. Подвижные упражнения (3 мин.)

- Ходьба гимнастическая с движениями рук.
- Ходьба на носках с подниманием плеч вверх.
- Ходьба с остановками и поворотами вокруг себя.
- Ходьба спиной вперед.
- Подскоки с плавными движениями рук.
- Бег на носочках с изменением темпа и направления.

2. Акробатические упражнения. (7мин.)

- «Гимнастка». И.п. - Стоя, ноги врозь, руки на поясе. Полуприсест.
- «Балерина». И.п. - Стоя на коленях, одну ногу прямую выставить в сторону. Наклоны туловища в стороны.
- «Ракушка». И.п. - сидя, ноги согнуты в коленях, упор на руки сзади.
- «Морская звезда». И.п. - Сидя, ноги врозь, одна нога прямая, другая согнута в колене.
- «Велосипед». И.п. - лежа на спине, ноги вверху. Махи ногами вверху.

3. Аэробика с мячом. (9мин.)

4. Народная игра. (4мин.)

Девочки становятся парами, последняя пара пробегает под руками девочек становится первой и расходятся в стороны на две колонны. Выстраиваются на две шеренги и переплетают руки. Первая шеренга идет к другой, кланяются потом наоборот. Бег в рядах на носочках вправо - влево.

Затем кружат в рядах вокруг себя.

5. Упражнение с обручем. (4мин.)

6. Психогимнастика.

Выражение эмоциональных состояний.

клумба и садовник (имитация движений садовника, цветов, увядших, веселых, красивых).

Выразительные движения: сесть на корточки, голову и руки опустить (цветок завял), поднять голову, расправить туловище, руки поднять (цветок расцвел).

Мимика: глаза полузакрыты, мышцы расслаблены, довольная улыбка.