**Конспект ННОД «Физическое развитие» с детьми 6-7 лет «Виды спорта» руководителя физического воспитания Нургалиевой И.Г.**

**Цель:** познакомить детей с разными видами спорта: названием, названиями спортивных атрибутов.

 **Задачи:**

1. Развивать и закреплять двигательные навыки и умения с помощью физических упражнений;
2. Сохранять и укреплять здоровье детей, используя физические упражнения, основные виды движений, самомассаж и дыхательную гимнастику;
3. повышать интерес к различным видам спорта и потребности в систематических занятиях физкультурой.

**Оборудование:** Гимнастическая скамейка 2шт; подвешенный волан 3шт; массажные мячи по количеству детей.

**Ход образовательной деятельности:**

Ребята, сегодня мы с вами отправимся на экскурсию в физкультурно- оздоровительный комплекс. Там расположены: спортивный зал (показ слайда № 1, тренажёрный зал (слайд № 2, бассейн (слайд № 3, каток (слайд № 4) где можно встретить и познакомиться с настоящими спортсменами.

Все в шеренгу становитесь

Друг за другом повернитесь

за направляющим в колонне по одному шагом марш.

*Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, руки в стороны; ходьба на пятках, руки согнуты в локтях; легкий бег; ходьба в полуприсяде, руки на поясе; боковой галоп вправо, влево; ходьба «Раки» (и. п. сидя на полу, перенести туловище ступням ног); ходьба с крестным шагом; быстрый бег; дыхательные упражнения.*

*Перестроение в три колонны для выполнения ОРУ*

Вот мы с вами и пришли в физкультурно-оздоровительный комплекс (показ слайда № 6 физкультурно-оздоровительный комплекс)

А вот нас встречают самые сильные спортсмены боксеры (слайд № 7)

*«Боксеры». И. п. ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, кулаки слегка сжаты. 1-4 попеременное выпрямление рук вперед. Повторить 8 раз.*

Здесь тренируются гребцы (слайд № 8)

*«Гребля» И. п. о. с., руки вытянуты вперед, 1-3-присесть руки отвести назад, имитация гребли 4-и. п. Повторить 6 раз.*

Сейчас мы отправимся на каток знакомиться с самым красивым видом спорта фигурным катанием. (слайд № 9)

*«Фигурное катание» И. п. о. с., руки опущены 1--наклон вперед, руки развести в стороны, поднять правую ногу назад, 2- и. п., 3-наклон вперед, руки развести в стороны, поднять левую ногу назад, 4- и. п. Повторить 4-5 раз.*

Если вы отгадаете мою загадку, вы узнаете, на чем тренируются следующие спортсмены:

Этот конь не ест овса

Вместо ног два колеса

Сядь верхом и мчись на нем

Только лучше правь рулем (Велосипед).

 Правильно, молодцы! Конечно же это велосипед (слайд №10). Давайте и мы позанимаемся велоспортом (слайд № 11)

*«Велоспорт» И. п. лежа на спине, руки вдоль туловища. Попеременное выпрямление ног. Повторить 12-15раз.*

Ребята, посмотрите внимательно на экран (слайд № 12) и скажите как называются эти атрибуты? Молодцы! Вы назвали правильно, это ракетки. Предлагаю взять ракетки и поиграть в теннис. (слайд № 13)

*«Теннис» И. п. о. с. руки сцеплены в замок. Прыжки с имитацией удара по мячу.*

Приветствуем следующих спортсменов. Догадайтесь, какой это вид спорта? (плавание) (слайд № 14). Перед вами две водные дорожки (скамейки, проплывем на животе, второй – на спине.

*Лазание. Ползание по гимнастической скамейке на животе и спине, подтягиваясь руками.*

Обратите внимание, следующий вид спорта художественная гимнастика. (Слайд № 15). А, вы умеете так же грациозно держаться на скамейке? Давайте попробуем.

*Равновесие. Ходьба по скамейке, с высоким подниманием колен.*

Ура! Ребята, ваша любимая игра «Бадминтон» (слайд № 16)

*Прыжки. Подпрыгивание вверх с касанием подвешенного волана.*

Есть еще один интересный игровой вид спорта – волейбол (слайд № 17)

Не пойму, ребята, кто вы?

Птицеловы? Рыболовы?

Что за невод во дворе?

- Не мешал бы ты игре!

Ты бы лучше отошел,

Мы играем в … (волейбол)

В него играют все, а мы с вами немного изменим правила и поиграем в подвижную игру «Кто больше перебросит».

*Воспитатель с помощником натягивают сетку и делят зал на две половины, каждую из которых занимает команда: мальчики-девочки, на полу лежат мячи по количеству детей. По свистку дети начинают перебрасывать мячи через сетку. Через 1 минуту по свистку игра останавливается, подсчитывается количество мячей на каждой половине. Побеждает команда, на чьей половине осталось меньше мячей. (Повторить 2-3 раза)*

Отлично все мы играли,

Пришло время отдохнуть

И массаж всем сделать тут

*Дети встают в круг и получают массажные мячи*

Самомассаж

Массаж ладоней

И. п. сидя по-турецки, спина прямая мяч в руках перед грудью. (слайд № 13) Круговыми движениями прокатывать мяч между ладонями

И. п. – то же. Надавливать ладонями на мяч. Выполнить 4-5 раз.

Массаж груди

И. п. то же, мяч одной рукой прижат к груди. Выполнять круговые движения по 3 раза в каждую сторону

Для каждого спортсмена очень важно правильно дышать. Давайте и мы потренируемся.

Дыхательное упражнение «Летят мячи»

Встать прямо, руки с мячом перед грудью. Сделать вдох бросить мяч от груди вперед. Выдыхая, произносить «у-х-х-х». Повторить 4-5 раз.

**Итог образовательной деятельности**

Ребята, куда мы сегодня «ходили», с какими видами спорта познакомились и занимались (бокс, теннис, плавание, волейбол, фигурное катание, велоспорт и т. д.) Правильно молодцы! Мне очень понравилось как вы сегодня занимались, а вам что больше всего понравилось? Что нового вы узнали? Что вам больше всего запомнилось? (ответы детей)

 Пора возвращаться в детский сад

Все в колонну становитесь,

Маршируйте не ленитесь!

В детский сад шагом марш!