

# **«Хоровод зверей»**

*Конспект НОД  
по физической культуре  
в старшей группе  
Щеткова М.В.,  
инструктор по физической культуре  
МАОУ ДОД детский сад «Сказка»  
корпус «Дюймовочка»*

**Задачи.** Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.

**Оборудование.** 2 мяча, 2 скамейки, мягкие подушки, маски: заяц, ежик, медвежонок – для каждого ребенка, 2 мешочка, султанчики – по 2 шт. для каждого ребенка.

**Инструктор.** Я приглашаю вас в волшебный лес, посмотреть на животных и птиц.

**Говорят, что зимний лес  
Полон сказочных чудес.  
А давайте поспешим,  
Да на чудо поглядим.**

Ребята, на улице зима, но не удивляйтесь, если нам повстречаются животные, которые спят зимой, ведь лес сказочный.

**I часть.** *(Под музыку «Большие ноги шли по дороге»)* Ходьба в колонне по одному, ходьба широким свободным шагом; ходьба мелким, семенящим шагом, руки на пояс;

бег врассыпную, ходьба в колонне по одному,

**II часть.** Общеразвивающие упражнения с султанчиками  
*(По правилам игры «Ровным кругом»)*

## **Основные движения**

### **1. Игра «Зайки скачут с кочки на кочку»**

Прыжки на правой и левой ноге попеременно, по мягким подушечкам, продвигаясь вперед (расстояние 6 м) (2-3 раза)

### **2 Эстафета - игра с мячом «Передача мяча в колонне»**

**Инструктор.** Медвежата любят играть с мячом.

Играющие строятся в колонны. Водящие с мячом в руках становятся напротив первых игроков в колоннах на небольшом расстоянии. По команде водящие бросают мяч первым игрокам колонны, те ловят мяч, бросают его обратно и бегут в конец своей колонны. Когда первые игроки снова окажутся на своем месте в колоннах, то они поднимают мяч над головой и говорят: «Готово!». Эстафета повторяется 3-4 раза.

### **3. Игра «Ежик несет гриб»**

Ползание по скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине (2—3 раза).

**Инструктор.** Лисички очень любят, когда вокруг все чисто и аккуратно убрано по местам.

### **Подвижная игра «Пылесос»**

Под веселую музыку дети – «пылинки» кружатся, танцуют. Музыка стихает, дети присаживаются на пол, «заработал» пылесос – взрослый, кого коснется, тот встает за педагогом. Игра продолжается, пока все пылинки не окажутся в пылесосе.

### **Дыхательная гимнастика «Холодно зимой»**

Стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены. Развести руки в стороны – вдох; на выдохе обхватить плечи руками и произнести «Бр! Бр! Бр!» Повторить 3 – 4 раза

## **III часть**

### **Пальчиковая гимнастика «Птички зимой»**

Прилетайте, птички! («Зовущие» движения пальцами обеих рук)

Сала дам синичке. («Режущие движения» одной ладони по другой)

Приготовлю крошки, (Пальцы щепоткой – «крошить» хлеб)

Хлебушка немножко. (Тереть подушечки пальцев друг о друга)

Эти крошки – голубям, (Вытянуть вперед правую руку с раскрытой ладонью)

Эти крошки – воробьям. (Вытянуть левую руку с раскрытой ладонью)

Галки да вороны

Ешьте макароны (Тереть ладонь о ладонь)

### **Рефлексия.**

Подарить детям раскраски с изображением животных.