**Конструкт НОД образовательной деятельности по «Физической культуре» в средней группе в соответствии с ФГОС.**

**Задачи:** 1. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу.

2. Развивать ловкость и глазомер при метании на дальность.

3. Повторить ползание на четвереньках.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **СОДЕРЖАНИЕ** | **ВРЕМЯ** | **ДОЗИРОВКА** | **ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ** |
| ***Вводная часть***  1. Ходьба в колонне по одному.  2. По сигналу: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу.  3. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками».  ***Основная часть***  *Общеразвивающие упражнения с мячом.*  1. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках вниз. Мяч вверх, наклон вправо (влево), выпрямиться, вернуться в И.п.  2. И.п. – ноги слегка расставлены, мяч в согнутых руках у груди. Присесть, уронить мяч и поймать его двумя руками; вернуться в И.п.  3. И.п. – сидя, ноги вместе прямые, мяч лежит на стопах ног, руки в упоре сзади. Поднять ноги вверх, при скатывании мяча успеть поймать его, вернуться в И.п.  4. И.п. – лежа на спине, ноги прямые; мяч за головой. Поднять правую (левую) ногу, коснуться мячом носка ноги; опустить ногу, вернуться в И.п.  5. И.п. – сидя на пятках, мяч в согнутых руках. Прокатить мяч вокруг туловища, перебирая его руками в обе стороны.  6. И.п. – ноги слегка расставлены, мяч в согнутых руках. Прыжки на двух ногах, в обе стороны.  *Основные виды движений.*  1. Метание мешочков на дальность  2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.  ***Заключительная часть***  1. Подвижная игра «Огуречик, огуречик…».  **Огуречик, огуречик,**  **Не ходи на тот конечик:**  **Там мышка живёт,**  **Тебе хвостик отгрызёт**  2. Ходьба в колонне по одному. | 4 мин.  13 мин.  3 мин. | 4-6  раз  5 раз  4-5  раз  5 раз  по  2-3 раза  6-8 раз  2-3 раза | Следить за осанкой и правильностью выполнения.  Ходьба и бег чередуются.  Проводится группами.  Проводится поточным способом. По окончании дети потягиваются и хлопают в ладоши над головой.  Ребёнок «Мышка» находится на одной стороне зала. Остальные дети на противоположной стороне. Проговаривая слова дети продвигаются прыжками на 2-х ногах к «Мышке». После последних слов дети разворачиваются и убегают в домик. «Мышка» их догоняет. |