**НОД по физическому развитию «Цирковое представление»**

*(средняя группа)*

*Инструктор по физической культуре 1 кв.категории Кашкурова Д.С.*

Программное содержание: 1) Развивать у дошкольников двигательное творчество, внимание. 2) Совершенствовать ходьбу с выполнением заданий, технику бега. 3) Тренировать ОВД: прыжки, упражнение в равновесии, броски и ловлю мяча двумя руками.

Оборудование: гимнастическая скамейка - 1; модули-кирпичики - 4; батуты – 2; мячи среднего размера в корзине – по кол-ву детей; кольца и браслеты цветные – по кол-ву детей; музыкальное сопровождение.

Ход НОД:

1. Вводная часть

- Ребята, вы любите цирк? В цирке всегда интересно и детям, и взрослым! А хотите побывать настоящими цирковыми артистами и изобразить цирк? *(Да)*.

- Тогда я предлагаю вам отправиться на новое цирковое представление! Направо! В обход по залу шагом, марш! *(Вкл. музыку)*.

- Представим, что мы вышли из детского сада, идем в цирк по дорожке друг за другом. *(Ходьба друг за другом в обход по залу)*.

- Вчера выпало много снега, придётся идти по сугробам. *(Ходьба широким шагом, руки на поясе в колонне по одному)*.

- А теперь идем по протоптанной дорожке. *(Ходьба на носках, руки на поясе)*.

- Опаздываем на представление! Нужно поторопиться! Бегом, марш! *(Бег в колонне по одному, руки согнуты)*.

- Переходим на шаг, подходим к цирку. Вот мы и пришли. Цирк красиво украшен воздушными шарами.

Дыхательное упражнение *«Шарик»* (Руки через стороны вверх, вдох – *«надуваем шарик»*; хлопок над головой, руки вниз, выдох – *«шарик лопнул и сдулся»*).

2. Основная часть. ОРУ без предметов.

- Сделаем арену. Все артисты цирка занимают свои места на арене. Построение в круг.

- Внимание! Внимание! Начинается весёлое цирковое представление. На арене цирка дрессированные животные! Первыми выступают медвежата.

1. *«Дрессированные медвежата»*.

И. п.: стоя, ноги врозь узко, руки на поясе. Правую руку вытянуть в сторону, ладонью вверх, голову повернуть вправо. Посмотреть на ладонь. Вернуться в и. п. То же в левую сторону. И. п. *(по 3 р. в каждую сторону)*

2. *«Попугаи делают поклон»*.

И. п.: ноги в стороны широко, руки за спину. Наклон вперёд, руки в стороны, прогнуть спину, голову поднять вверх. *(5 раз)*

3. *«Собачка показывает лапки»*.

И. п.: сидя на пятках, руки за спиной. Встать на колени, руки вытянуть вперёд ладошками вверх. И. п. *(5 раз)*

4. *«Танец медвежат»*.

И. п.: пятки вместе, носки врозь, руки на поясе. Выполняем приседания. *(6 раз)*

5. *«Весёлые клоуны»*.

И. п.: ноги вместе, руки на поясе. Прыжки – ноги врозь, руки в стороны. *(2 р. по 8 прыжков в чередовании с ходьбой)*

6. *«Кобра раздувает капюшон»* - упр. на дыхание. Вдох, руки через стороны вверх, поднять к голове, выдох, произнести *«ш-ш-ш»*, 3 раза.

- Следующим номером нашей программы будет выступление цирковых лошадок. *(Ходьба с высоким подниманием колен, в обход по залу)*.

Перестроение в одну шеренгу. ОВД.

- Продолжаем представление: сейчас вы будете и воздушными акробатами, и прыгунами и жонглерами.

- Сначала на арену выходят воздушные акробаты – ходьба по скамейке, перешагивая кирпичики *(руки в стороны, спина прямая)*.

- Потом прыгуны на батуте – прыжки на середине батута по 5 раз *(руки на поясе, прыжки лёгкие, воздушные)*.

- И жонглёры – бросок мяча вверх и ловля его двумя руками 5 – 6 раз.

Показ упражнений инструктором и ребёнком. Круговая тренировка, 2 круга.

Подвижная игра.

- На арене цирка дрессированные голуби. Играем в игру *«Быстрее по местам»*. Под музыку вы бегаете по залу, изображая полёт птиц. Как музыка останавливается – вы подбегаете к домику-кольцу такого же цвета, что и браслет на вашей руке. В каждого кольца по одной птичке останавливается. Будьте внимательны и запомните цвет своего браслета. Играем 3 раза.

3. Заключительная часть.

- На этом заканчивается наше цирковое представление. Все артисты выходят на почётный круг *«Парад-алле»* - ходьба *«змейкой»* в колонне друг за другом.

- Поаплодируем друг другу – упр. на дыхание – ходьба по кругу, руки через стороны вверх, вдох, 3 хлопка над головой, руки вниз, выдох.

Построение в шеренгу.

- Ребята! Вам понравилось цирковое представление? И мне понравилось! Здорово быть артистами цирка! Правда! А сейчас нужно возвращаться в группу. Впереди вас ждут новые приключения! Налево! В группу шагом, марш!