

МДОУ «Детский сад №2 Сонковского района Тверской области»

НОД по физическому развитию в средней группе.



Провела воспитатель Войнова Л.Е.

Ноябрь 2018.

Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.

Ход НОД

I часть. Ходьба и бег в колонне по и бег враспынную - по сигналу остановиться и принять какую-либо позу (повторить 2-3 раза).



одному; ходьба воспитателя (повторить 2-3

II часть.

Общеразвивающие упражнения с флажками.

1. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, флажки вниз. Флажки вверх, скрестить, опустить, вернуться в исходное положение (5-6 раз).
2. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, флажки у плеч. Поворот вправо (влево), отвести правую руку в сторону с флажком в сторону, вернуться в исходное положение (по 3 раза в каждую сторону).
3. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, флажки за спиной. Поднять флажки в стороны; вперед и помахать вправо и влево. Выпрямиться, вернуться в

положение (4-5 раз).

4. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, флажки Присесть, флажки вынести вперед; подняться. исходное положение (4-5 раз).

5. И. п. - ноги слегка расставлены, флажки вниз. двух ногах на месте в чередовании с ходьбой на (3



наклониться флажками
исходное
вниз.
Вернуться в
Прыжки на
месте (3

животе,
скамейки (2-3

Основные виды движений.

1. Ползание по гимнастической скамейке на подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков (2-3 раза).



2.



Равновесие -
ходьба по

гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе (голову и спину держать прямо).

Подвижная игра «Самолёты».



III часть. Ходьба в колонне по одному.

