**Конспект**

 **организованной образовательной деятельности по физкультуре для детей 5-6 лет с элементами спортивной игры «Настольный теннис»**

Новикова Елена Александровна

Инструктор по физической культуре

МАДОУ «Детский сад №435»

город Нижний Новгород

Задачи:

1.Способствовать овладению простейшими действиями с шариком и ракеткой.

2.Способствовать развитию ловкости, глазомера, быстроты.

3.Воспитывать нравственно-волевые качества (настойчивость, целеустремленность, уверенность в своих силах) в играх и упражнениях.

4.Обогащать двигательный опыт детей в игровых упражнениях с мячом и ракеткой.

**Подготовительная часть;**

1.Построение в шеренгу. «Группа, становись! Равняйсь, смирно!»

Инструктор: «Здравствуйте, ребята! На прошлом занятии мы с вами много узнали о шарике для настольного тенниса, играли с ним. Катали его, подбрасывали. Сегодня мы будем знакомиться еще и с ракеткой. Согласны?»

Дети: «Да!»

Инструктор: «Хорошо, а начнем с разминки.»

«Напра-во! В обход налево шагом марш!»

2.Ходьба:

- «Гномы» (в полуприседе, руки на пояс); с хлопком под ногой;

- «Пингвины» (на пятках, руки прижаты к туловищу, ладони в стороны);

- «Черепахи» (ползание на предплечьях и коленях)

- «Гусеница» (ползание в упоре сидя сзади)

- Боковой галоп (на четыре счета правым боком, на четыре -левым боком)

3.Бег (на сигнал-остановка, принять положение – стойка на одной ноге)

4.Ходьба с восстановлением дыхания.

**Основная часть**

(Инструктор показывает ракетку, объясняет, как правильно ее держать)

1.ОРУ с ракеткой;

а. Исходное положение - основная стойка, ракетка в правой руке;

1-руки в стороны; 2-вверх, ракетку в левую руку;

3-руки в стороны; 4-и.п, ракетка в левой руке

б. Исходное положение - стойка, руки за спину;

1-правую руку с ракеткой вперед; 2-И.п.; 3-4-то же левой рукой.

в. И.п.-стойка ноги врозь, руки вперед, ракетка в правой;

1-наклон, руки за спину, ракетка в левую руку; 2-и.п.; 3-4 то же другой рукой

г. Исходное положение - стойка руки в стороны, ракетка в правой руке;

1-выпад правой, переложить ракетку под коленом в левую руку;

 2.И.п.; 3-4-то же влево

д. Исходное положение -лежа, ракетка в правой руке:

1-поднять согнутую правую ногу, передать под ней ракетку в левую руку; 2.И.п.; 3-4-то же левой ногой.

е. Исходное п.-лежа на животе, руки в стороны, ракетка в правой руке;

1-приподнять грудь и руки от пола; 2-руки вверх, передать ракетку в левую;

3-руки в стороны, ракетка в левой руке; 4-и.п.

ж. Исходное положение - стойка, руки в стороны, ракетка в правой руке;

1-прыжком ноги врозь, руки перед грудью, ракетка в левую руку; 2.И.п.

3.Упражнения с ракеткой и шариком.

- удержать шарик на ракетке;

-пройти, удерживая шарик на ракетке;

- «Брось шарик» (бросить шарик с высоты 30 см на середину ракетки, уд- «Подбрось шарик» (подбросить мяч вверх левой рукой на ладони и поймать правой рукой на ракетку);

- бросить мяч в пол и после отскока поймать на ракетку

- «Почекань мяч» (подбивать мяч ракеткой)

4.Эстафеты (две команды)

- Бег «змейкой» между ракетками с шариком в руках, передавая следующему

- Первый с ракеткой в руках бежит до обруча, в котором лежит шарик, ракетку кладет, а с шариком бежит обратно, передает следующему.

5.П\и «Волк во рву»

 (Водящий- «волк» в середине зала между двумя линиями - «ров». По команде «Козы!» - дети бегут и перепрыгивают через «ров». Осаленные выходят из игры);

**Заключительная часть**

1 Малоподвижная игра «МЯЧ В КРУГУ»

 (Инструктор катит теннисный шарик сидящему на корточках ребенку, ребенок катит его обратно, называя любую спортивную игру)

2.Построение, подведение итогов