

# Конспект физкультурного занятия для младшей группы



**Перспективная цель:** формировать двигательные умения и навыки в ходьбе, беге, прыжках.

**Актуальная цель:** создать условия для закрепления двигательных умений в ходьбе, беге, прыжках посредством специально подобранных физических упражнений.

**Задачи:**

**1. Образовательные:** повторить ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры.

**2. Развивающие:** развивать координацию движения, развивать интерес к физическим упражнениям.

**3. Воспитательные:** воспитание здорового, гармонично развитого, физически стойкого ребенка.

**Оборудования:** игрушки кузнечик, бабочка; две доски, шнуры

**Тип НОД:** сюжетная

**Принципы:**

1. Систематичности и последовательности.
2. Повторения.
3. Принцип доступности и индивидуализации.

Здравствуйте, ребятки! А вы любите смотреть мультики? Я тоже очень люблю. К нам сегодня пришли гости. Они к нам пришли из мультлика «Лунтик». Посмотрите это кузнечик Кузя, а это бабочка Элина. Они очень любят заниматься спортом, поэтому они такие красивые, сильные, ловкие и умелые. Давайте, мы с вами тоже покажем, как мы любим заниматься физкультурой.

## Вводная часть

*Построение в колонну.*

Встаньте в одну колонну. Теперь повернитесь друг за другом, лицом ко мне. За направляющим, за Ваней, шагом марш! Спинку прямо, идем красиво! Молодцы! Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колена.

Смотри, Кузя, мы с ребятами научились ходить как лошадки. Цок, цок-цок. Мы идем, высоко поднимаем коленки. Замечательно.

*Ходьба на носках короткими шагами.* Элина, посмотри, наши ребята умеют ходить как мышки. Тихо-тихо на носочках. Молодцы. А сейчас мы побежим друг за другом. Осторожно не обгоняйте друг друга. Замечательно!

## Общеразвивающие упражнения

1. Ребята, а посмотрите на Элину, какая она красивая, какие у нее крылышки. А давайте мы тоже превратимся в бабочек. 1,2,3, превратились в бабочек. Утром Элина всегда чистит крылышки. «Чистим крылышки». Мы тоже с вами будем чистить крылышки. Встали все красиво. Ноги вместе, носки врозь. Сделаем пружинку и наклоним голову сначала в одну, а потом в другую сторону. И.п.: Сделать пружинку, наклонить голову вправо, и. п., то же влево.

2. Снова встали красиво. Ноги на ширине стопы, руки внизу. Будем расправлять крылышки. Поднимите правую руку вверх, посмотрите какая она у вас красивая, а потом вторую руку поднимите и посмотрите на нее. Молодцы!

«Расправляем крылышки».

И.п.: ноги на ширине стопы, руки внизу. Поднять правую руку вверх, посмотреть, и.п., то же с левой.

3. Сейчас мы с вами будем умываться. Ведь все люди, насекомые и звери тоже по утрам умываются. Ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклонимся вперед и ручками умываемся. Давайте еще раз повторим, чтобы лицо было чистое и красивое

«Умываемся».

И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклон вперед - характерные движения «умывание», и. п.

4. Ой, как мы проголодались. А что же у нас едят бабочки. Конечно же, нектар, который они берут с цветочка. Давайте мы присядем на цветочек и поедим нектара. Встанем красиво, ноги вместе, носки врозь. Присядем и «кушаем». Не наелись. Снова повторим

«Покушаем нектара».

И.п.: Присесть, характерные движения «кушаем пыльцу», и. п.

5. Вы видели, как летают бабочки? Они очень красиво летают. Может мы тоже, научимся летать? Встали красиво, как мы умеем. Ноги вместе, носки врозь. Прыгнем высоко и машем крыльями. Высоко- высоко прыгнем. Молодцы! Понравилось вам быть бабочками? Давайте сейчас превратимся в мальчишек и девчонок. Ноги вместе, носки врозь, руки внизу. Поднять руки вверх, потянуться - вдох и опуститься - выдох.

«Учимся летать». И. п.: то же. Прыжки на месте со взмахами рук.

**Основные движения. Равновесие «Мостик через речку».**

Ребята, помните, в мультике Лунтик построил мостик через речку? Давайте и мы пройдем по мостикам. Представьте себе, что здесь протекает речка. А вот и мостики. Их два. Сейчас мы разделимся на две команды и будем проходить мостик по одному. Посмотрите, как я это делаю. Когда я дошла до середины мостика, я присела и хлопнула в ладоши. А вы так сможете?

### **Прыжки «Кузнечики» (подгрупповой метод по 4 человека)**

Вот мы и добрались до другого берега. А там нас уже ждет Кузя. Кузя он очень быстрый и ловкий Кузнечик. Он очень высоко умеет прыгать. Хотите с ним попрыгать? Видите, там канавка? Нам нужно ее перепрыгнуть. Ну что превратимся в кузнечиков и будем прыгать через канавку. Попрыгаем? Молодцы.

В лесу, где живет кузнечик и бабочка, очень любят играть в «Догонялки». Вы знаете такую игру? Давайте с вами поиграем. Будем мы с вами догонять сначала Кузю, а потом Лину.

### **Заключительная часть**

Как хорошо мы повеселились с Линой и Кузей. Они очень довольны вами, им было весело и интересно с вами. Они убедились, что вы очень ловкие, смелые и умелые. А вам было интересно? Позовем еще в гости наших друзей? Ну а сейчас нам пора идти в группу.