**Продолжительность занятия:** 15 минут.

**Занятие № 1.**

**Тип занятия:** групповой.

**Программные задачи:**

**Обучающие:**

**-** способствовать закреплению навыков выполнения ОРУ;

- повторить ходьбу и бег в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу инструктора;

- учить детей ходить по ребристой доске, перешагивая через предметы.

**Развивающие:**

- развивать двигательные способности (быстрота, ловкость, координацию движений;

- развивать двигательную активность;

-развивать внимание, правильное дыхание; корригировать осанку в процессе выполнения упражнений.

**Воспитательные:**

- воспитывать потребность в ежедневных физических упражнениях, в здоровом образе жизни;

- воспитывать позитивные качества характера (умение работать в коллективе, силу воли);

- воспитывать умение внимательно слушать инструкции воспитателя и выполнять.

**Методы и приемы:**

**-** наглядно-зрительный прием: показ физических упражнений, использование физического оборудования;

- словесные: объяснения, вопросы к детям, указания;

- практические: повторение упражнений;

- игровой: подвижная игра.

**Мотивация:** путешествие.

**Программное обеспечение:** музыкальный центр.

**Технологии:**

- личностно-ориентированная ;

-здоровье сберегающая;

- игровая;

- развивающего обучения.

**Оборудование:** мячи, ребристая доска, набивные мячи.

**Пособия:** Бубен, игрушка зайца, мячи, ребристая доска, набивные мячи.

**Ожидаемые результаты:** умеют выполнять ОРУ; ходить и бегать в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу инструктора; ходить по ребристой доске, перешагивая через предметы.

**Ход НОД:**

**I. Вводная часть.** (2 минуты)

*Дети входят в зал и встречаются с зайчиком, который приглашает детей в гости к себе, т.к. ему скучно одному в лесу. Ребята отправляются в «лес».*

1.Ходьба обычная.

2.Ходьба на носочках, руки вверх — дети, покажем какие высокие, высокие деревья растут в лесу.

3.Ходьба обычная.

4.Бег в медленном темпе — вдруг дети увидели волка и быстро убежали от него.

5.Ходьба — вот мы и пришли в домик к зайчику.

Каждый ребенок занял себе «место»- построение в круг.

**II. Основная часть.** (10 минут)

**1. Общеразвивающие упражнения без предметов.**

- Ребята, зайка просит, чтобы вы показали, как мы умеем выполнять упражнения. Покажем зайке?

1.»Зайки играют с солнышком»

И.п.: стоя, ноги на ширине ступни (узкой дорожкой), руки за спиной.

Выполнение: 1 — вытянуть руки на уровне плеч («погреть на солнышке»). 2 — и.п. (спрятать) (5 р.)

2.»Зайки собирают цветы»

И.п.: ноги на ширине ступни (узкой дорожкой), руки на поясе.

Выполнение: 1- присесть «сорвать цветочек»; 2- встать (и.п.) (5 р.)

3.»Зайчики наклоняются»

И.п.: Сидя, ноги врозь, руки за спиной.

Выполнение: 1 — наклониться; 2 — коснуться ладонями носков ног; 3-4 — выпрямиться, вернуться в и.п. (5 р.)

4.»Зайчики греются»

И.п.: сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади.

Выполнение: 1 — согнуть ноги в коленях, подтянуть к животу; 2 — и.п. (5 р.)

5.»Зайчики прыгают»

— прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой  (10 пр.)

— прыжки на двух ногах вокруг себя в чередовании с ходьбой  (10 пр.).

*Дыхательные упражнения.*

1)»Подули на одуванчик»

Выполнение: Сделать вдох, ненадолго задержать дыхание немного наклоняясь вперед, сделать медленный выдох («подуть на одуванчик») (2 р.).

2)»Понюхали цветы»

Выполнение: Наклониться вперед, сделать «вдох» («понюхать цветы»), ненадолго задержать дыхание, выпрямиться, делая медленный «выдох» (2 р.).

**2. Основные виды движения.**

- Ребята, зайчик мне сказал, что он хочет посмотреть, как вы умеете катать мяч друг другу. Давайте покажем ему. Встали все на зеленые квадратики друг за другом. Ребята, с Захара до Вероники стоят на месте, остальные идите за мной, встали на розовые квадратики; сели на пол друг против друга. Катаем мяч друг другу, мяч не теряем.

- Молодцы ребята, зайчику очень понравилось, как вы выполняли упражнения. А теперь давайте попрощаемся с зайчиком и уйдем из «леса» коротким путем, где нам надо перейти речку через бревно, которая покрыта сучьями, мы будем перешагивать через эти сучья *(*ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы)  (5 р.).

**III. Заключительная часть** (3 минуты)

**1. Подвижная игра:**

- Наконец, дети, мы пришли в детский сад, сейчас мы с вами поиграем в игру «Зайка серенький сидит» (2 раза)

  Содержание: Построились в круг, инструктор в центре, я говорю слова и показываю движения.

Зайка серенький сидит *( сажусь)*

И ушами шевелит *( подношу пальцы к голове, шевелю ими).*

Вот так, вот так

Он ушами шевелит *(дети подражают движениям инструктора и повторяют слова).*

Зайке холодно сидеть

Надо лапочки погреть.

Вот так, вот так

Надо лапочки погреть *(все хлопают в ладоши и повторяют 2 последние строчки)*

Зайке холодно стоять

Надо зайке поскакать,

Вот так, вот так

Надо зайке поскакать *(все прыгают на одном месте).*

Зайку волк испугал! *(инструктор рычит)*

Зайка тут же убежал! *(дети разбегаются в рассыпную)*

- Молодцы, ребята, все были шустрыми и убежали от серого волка. Ребята, а пока мы играли один зайчонок напугался волка и спрятался. Давайте его найдём.

**2. Игра малой подвижности: «Найдём зайчонка»**

**Описание.** Дети расходятся по спортивному, залу ищут спрятанную игрушку зайчонка.

Ребёнок, нашедший игрушку становиться первым, остальные дети строятся за ним и выходят из спортивного зала.

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Солнышко» села Амурзет»

Конспект

 непосредственно образовательной деятельности для детей второй младшей группы

 «Прогулка в лес».

 Выполнила

инструктор по физической культуре:

 Чухонцева Е.А

Амурзет, 2022