

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №2 «Рябинка»

**Конспект образовательной деятельности по физической культуре в младшей группе
на тему: « В зимний лес на прогулку»**

Подготовила: инструктор по фк
Яковлева Е.Д.

г. Пошехонье 2018г.

Цель: Способствование развитию у детей интереса к физической культуре.

Программные задачи:

1) Создавать условия:

-для совершенствования двигательных умений и навыков;

-для закрепления умений сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре;

-для развития психических процессов: памяти, мышления, внимание;

-для развития физических качеств: ловкости и координации движений в перепрыгивании на двух ногах через препятствия;

-для положительного эмоционального настроения;

2)Способствовать развитию устной речи в различных формах деятельности;

3) Способствовать формированию правильной осанки, предупреждения плоскостопия;

4)Активизировать познавательный-исследовательский интерес детей к природе;

5) Приобщать детей к здоровому образу жизни.

Оборудование: две гимнастические скамейки, 8 брусков.

Предварительная работа: беседа о зиме, чтение и разучивание стихов, игр.

1.Часть

Построение в шеренгу, проверка осанки.

Инструктор:

Отгадайте ка, ребятки, про кого моя загадка:

Во дворе замерзли лужи,

Целый день поземка кружит,

Стали белыми дома.

Это к нам пришла...

Дети (хором):Зима

Инструктор:

А гулять зимой вы любите? (Ответы детей)

Инструктор:

Шапки, шарфики, перчатки

Надевайте вы быстреей

В лес, к зиме мы на прогулку

Отправляемся скорей.

А мороза, вы не боитесь? А простудиться? Почему?

Ответы детей

Инструктор: Повернулись все направо

По снежку мы все пойдём

Ножки разминать начнём. (Ходьба в колонне по одному)

По сугробам мы шагаем,

Выше ноги поднимаем. (Ходьба с высоким подниманием колен)

Как на тоненький ледок

Выпал беленький снежок,

Чтоб его не затоптать

На носочки надо встать. (Ходьба на носках)

Холодно в лесу зимой

Побежали все за мной. (Бег)

Упражнение на дыхание «Снежинка»

Полетели с высоты лёгкие пушинки,
На ладошку опустились белые снежинки (сдуваем с ладошки воображаемую снежинку)
Перестроение в 3 колонны (ориентиры – снежинки)

Инструктор:

Нас встречает зимний лес

Полный сказок и чудес

Посмотрите, как красив зимний лес, давайте остановимся на этой полянке. Вокруг снег лежит, да мороз трещит. Вижу, замёрзли вы. Давайте погреемся.

2 Часть. Общеразвивающие упражнения в парах со снежинками

1) «Поднимите вверх снежинки, посмотрите-ка на них, а теперь их опустите»

Исходное положение – основная стойка.

Выполнение – руки поднять через стороны вверх, посмотреть на снежинки, опустить руки вниз (6 раз).

2) «А теперь ребята дружно
Делать так наклоны нужно».

Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки в стороны.

Выполнение – наклон вправо, выпрямиться, наклон влево, вернуться в исходное положение (по 3 раза в каждую сторону).

3) «На колени мы присели, на снежинки поглядели, вправо, влево повернулись и на место все вернулись».

Исходное положение – стоя на коленях, снежинки перед грудью.

Выполнение – поворот туловища вправо, руки вытянуть вперёд, посмотреть на снежинки, вернуться в исходное положение, то же в другую сторону (по 3 раза в каждую сторону).

4) «А сейчас мы тихо сели, не боимся мы зимы! Наклонились, потянулись, посмотрели на снежинки, ах, сверкают словно льдинки!»

Исходное положение – сидя, спиной друг к другу, ноги расставлены, снежинки в руках перед грудью.

В – наклониться вперёд, достать руками со снежинками носки ног, выпрямиться (6 раз).

5) «Вдруг снежинки все упали, мы плясать вокруг них стали».

Исходное положение – основная стойка, снежинки лежат на полу около ног

Выполнение – прыжки около снежинок чередовать с ходьбой на месте (по 10 раз).

6) Повторить 1 упражнение.

Инструктор:

Кругом ребята повернулись и пошли

Шли, шли, шли, на полянку пришли

В 2 колонны встали - разминаться стали

(перестраиваются в одну колонну и обходят зал, перестроение в 2 колонны, останавливаются у гимнастических скамеек)

Инструктор: Ах ты, зимушка-зима

Все дороги замела

Все дороги, все пути

Не проехать, не пройти.

Мы по мостику пройдем

Ни за что не упадём

Основные виды движений

(Подготовленный ребенок показывает основные движения на гимнастической скамейке)

1. Ходьба по гимнастической скамейке (до середины, руки в стороны, присесть, хлопнуть в ладоши перед собой, встать, пройти дальше) (2 раза)

Инструктор:

Пенёчки ждут нас на пути

А мы их перепрыгнем, чтоб дальше нам пройти.

2. Прыжки через 4 бруска, помогая себе взмахом рук. Высота бруска 6 см.(2 раза)

Инструктор: В круг скорее надо встать

Будем с вами мы играть

Подвижная игра «Зима»

Считалкой выбирается водящий, он в центре круга. Дети идут хороводом и произносят слова

Дети: Здравствуй зимушка- зима!

Наступили холода,

Не боимся мы тебя,

Разбежимся кто куда!

На последние слова дети разбегаются, водящий осаливает играющих (2-3 раза)

3 Часть

Инструктор: Ребята, понравилось вам в зимнем лесу? (ответы)

Погостили мы в лесу,

А теперь домой пора.

Собирайся детвора (колонной по одному выходят из зала)

Фотоколлаж « В зимний лес на прогулку»

