

## **Конспект физкультурного занятия во второй младшей группе**

### **«Путешествие гномиков»**

Инструктор ФИЗО Уваровская В.В.

#### **ЗАДАЧИ:**

Продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Упражнять в ходьбе по гимнастической доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку.

Упражнять в ходьбе и беге, координируя движения рук и ног.

Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу, навыки выполнения физических упражнений.

Воспитывать у детей стремление узнавать новое, самостоятельность, творчество, доброжелательное отношение друг к другу.

Продолжительность: 15 минут

Инвентарь: Колпачки, бубен, обруч, кубики, «ручейки» узкий и широкий, ребристая дорожка, конусы, мячи-«ежи», музыкальная релаксация,

#### **Ход занятия**

##### **I часть Вводная**

Инструктор Ребята мы сегодня будим гномикам. Одевайте колпачки. А что делают гномики? Правильно, собирают драгоценные сокровища. И мы сейчас тоже отправимся в путь добывать сокровища. И будим их слаживать вот в этот большой мешок. Отправляемся за мной в путь

(выполняют движения по показу).

**На дорожку встали,**

**Бодро зашагали.**

(идут, высоко поднимая колени)

**Узкий мостик впереди,**

**На носочках проходи.**

(идут на носочках, подняв руки вверх).

**Мы на пяточках пойдём,**

**Каблучки не обобъём.**

(идут на пятках)

**Чтоб в пещеру гнома влезть,**

**Низко мы должны присесть.**

(идут в полуприсед).

**По пещере мы шагаем,**

**Тишину не нарушаем.**

(идут медленно)

**Сзади камушек упал,**

**Нас немного напугал.**

(бегут)

**Позади тяжёлый путь.**

**Мы должны передохнуть.**

(идут выполняя дыхательные упражнения).

**И часть**

Инструктор Вот и первые сокровища. Разноцветные пластмассовые кубики разложены на скамейке. Берем их. Все по залу разойдись на цветочки становись!

Общеразвивающие упражнения с кубиками

1. И. п. – ноги на ширине ступни, кубики в обеих руках внизу. Поднять кубики через стороны вверх, стукнуть один о другой; опустить кубики вниз, вернуться в исходное положение (4–5 раз).

2. И. п. – ноги на ширине ступни, кубики за спиной. Наклониться, поставить кубики на пол у носков ног, подняться, убрать руки за спину. Наклониться, взять кубики, выпрямиться, вернуться в исходное положение (3–4 раза).

3. И. п. – ноги на ширине плеч, кубики внизу. Поворот вправо (влево), отвести правую (левую) руку в сторону. Выпрямиться, вернуться в исходное положение (по 3 раза в каждую сторону).

4. И. п. – ноги слегка расставлены, руки произвольно вдоль туловища, кубики на полу у носков ног. Прыжки на двух ногах вокруг кубиков в обе стороны в чередовании с ходьбой на месте (3–4 раза).

Инструктор Сложите драгоценные кубики в мешок

### **Основные виды движений:**

Инструктор: Пойдемте искать дальше сокровища

**Впереди узкие «ручьи», давайте мы с вами их перепрыгнем.**

(выполняют прыжки на двух ногах через ручейки, отмахивая руки назад)

**Ребята, смотрите, впереди очень широкий ручей. Как же нам перебраться на другой берег?**

**Ребята: Можно перейти по мостику.**

**Инструктор: Идите осторожно, чтобы не упасть в воду.**

(дети проходят по гимнастической доске).

Инструктор: Вот и еще сокровища. Около ручейка стоят разноцветные конусы. Давайте сложим их в мешок.

**Инструктор:** Наши гномики совсем устали, нужно немножко отдохнуть и поспать.

### **Подвижная игра «День и ночь»**

**Инструктор** Когда дети закроют глаза инструктор ставит корзину с разноцветными мячами-«ежами». А вот еще сокровища.

### **III часть**

Под спокойную музыку дети выполняют самомассаж мячами.

**Инструктор:** Положите сокровища в мешок. Посмотрите какой он стал большим и тяжелым. Наверно нужно возвращаться домой, а этот мешок я отправлю настоящим гномикам в лес. Вы отлично потрудились! Вы большие молодцы! Идем за мной друг за другом. Вот мы и пришли. Вокруг себя все повернись и в ребяток превратись. Снимайте колпачки и идем в группу.

Литература:

«Необычные физкультурные занятия для дошкольников»

Е.И.Подольская.

«Фольклерно-физкультурные занятия и досуги с детьми 3-7 лет»

М.П.Асташина.