Структурное подразделение детский сад «Колосок» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы с.Пестравка муниципального района Пестравский Самарской области

План-конспект образовательной деятельности

по образовательной области «Физическое развитие» в младшей группе

Выполнила:

Воспитатель

 Гофман Жанылсын Орынгалеевна

 2024г

Конспект ОД по физическому развитию в младшей группе

«Как мы зайке помогали»

**Программное содержание**: Оптимизировать двигательную активность воспитанников, развивать речь детей посредством физической культуры.

**Задачи:**

*Образовательные:* учить детей соотносить движения с текстом; в ходьбе с высоким поднятием колен при перешагивании через предмет без остановки; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; учить сохранять равновесие при проползании под дугой, профилактика плоскостопия с помощью разных видов ходьбы;

*Развивающие:* развивать координации движений, внимание, чувство равновесия во время ходьбы по гимнастической дорожке, умение ориентироваться в пространстве, не натыкаясь друг на друга в подвижной игре;

*Воспитательные:* воспитывать общую культуру поведения и потребность ЗОЖ; воспитывать дружеское взаимоотношение, чувство коллективизма, взаимовыручку; прививать любовь к животным.

**Методы приёмы**: наглядные; практические, словесные, игровые.

**Предварительная работа**: подвижные игры; физкультурные досуги и развлечения утренняя гимнастика; физкультминутки; пальчиковые игры.

**Материалы и оборудование**: воздушный шар с письмом на нитке; координационная лестница, дуги 2 шт. (высота отверстия 40 см); цветы по количеству детей; ёлки 4 шт.; шишки по количеству детей; мяч 1 шт. игрушка – зайка; музыкальное сопровождение.

*Время занятия: 15-20 мин.*

**Ход занятия:**

Часть зала оформлена как сказочный лес. Дети входят в спортивный зал друг за другом, становятся на заданном участке зала, здороваются с гостями.

***I. Вводная часть – 2-3 мин.***

Воспитатель: -Доброе утро! Ребята, посмотрите, что это?*(Ответ детей- воздушный шар).*: - Правильно! А какого он цвета? *(Ответ детей)*

- Ой, а что это висит на ниточке?*(Ответ детей- письмо)*

- Интересно что в нем, откроем?

*(Воспитатель зачитывает письмо: «Зайка потерял мячик»).*

-Как вы думаете почему он потерял мячик? Может играл в неположенном месте? Или ушел далеко от дома? Он расстроен?

Поможем зайке? Нам для этого нужно отправиться в сказочный лес.

Готовы идти? *(Ответ детей).*

Воспитатель: - Тогда встаньте друг за другом и пойдём по узкой лесной

тропинке *(воспитатель показывает правильность выполнения).*

*1.Ходьба друг за другом в колонне по одному (речитатив дети повторяют за воспитателем).*

-Мы идем, идем, идем,

-Друг за другом ровно

-Ножки поднимаем,

-Дружно мы шагаем!

*2.Ходьба на носках, руки в стороны:*

-На носочках мы пойдем,

-Руки в стороны разведём,

-Мы кружочек обойдем

-И другой ходьбой пойдем!

*3.Ходьба на пятках, руки на поясе:*

-Мы на пяточках пойдем

-Руки на пояс кладем

-Мы кружочек обойдем,

-И другой ходьбой пойдем!

*4.Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед.*

-Прыгать мы умеем ловко

-Словно зайка за морковкой!

5. ходьба «змейкой»

Пойдем по извилистой дорожке может мячик мы найдем?

*6.Ходьба по залу друг за другом.*

-Видим мы из за-куста,

-Смотрит хитрая лиса

-Тихо-тихо мы пойдем

- И лисичку проведём!

Вот мы с вами попали на поляну с цветами.

Давайте понюхаем их аромат *(воспитатель показывает).*

***Дыхательное упражнение:***

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

***II. Основная часть – 10-15 мин.***

Воспитатель предлагает детям взять по одному цветку

**Общеразвивающие упражнения с цветами.**

1.     И. п. – стоя, ноги вместе, цветы внизу. Поднять цветок через стороны вверх, передать цветок в другую руку, опустить руки *(4-6 раз).*

2.     И. п. – ноги на ширине ступни *(слегка расставлены)*, цветы внизу в руках, присесть, цветы вынести вперёд, вернутся в исходное положение *(3-4раза).*

3.     И. п. – ноги на ширине ступни *(слегка расставлены)*, цветы в стороны, наклон вперёд к правой (левой) ноге, выпрямится. Вернутся в исходное положение *(по 3 раз).*

4.     И. п. – цветы на полу, стоя перед цветами, ноги слегка расставлены, руки произвольно. Прыжки вокруг цветов в обе стороны, с небольшой паузой

     между прыжками *(по 2 раза).*

Детивозвращают цветы на полянку.( в корзинку)

**Основные виды движений.**

*1.*     ***«Проползи - не задень****».*Ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени) под дугой в прямом направлении. Воспитатель дает указание: (Надо подойти к дуге, встать на четвереньки и проползти «в норку») *(2 раза).*

*2.*     ***«С кочки на кочку»***. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах. Воспитатель предлагает подойти к обручам и выполнить задание: слегка расставить ноги, прыгнуть в обруч, затем из обруча в другой обруч.

 Дети выполняют задание (2 раза)

Основное внимание – на полусогнутые ноги перед прыжком и приземление на полусогнутые ноги

 *3.*     ***«Перешагивания через поваленное дерево»***. Дети шагают по координационной лестнице (перешагивают) без остановки с высоким поднятие ног.*(1 раз).*

**Самомассаж с еловыми шишками.**

Посмотрите ребята. Перед нами  какие-то деревья, как они называются?*(Ответ детей).* Давайте возьмем по одной шишке в ручку.

Шишку я в руке держу

То сожму, то разожму

Поиграю с нею-

Ладони разогрею.

Вот сжимаю правой

Вот сжимаю левой

Буду шишку я сжимать

Буду руки укреплять.

- Дети складывают обратно шишки под дерево. Ой. А что это…

*(Ответ детей)*Мяч!

**-**Кому же принадлежит этот мяч?! *(Ответ детей).*

- Идем отнесем зайке мячик. Пойдемте.

Воспитатель обращает внимание на избушку, где живет зайка. *(Зайка смотрит с окошка).*

-Зайка, мы принесли твой мячик! Не теряйбольше! Будь осторожнее! Играй только во дворе, не уходи далеко от дома.*(Воспитатель делает вид, что слушает, что говорит зайка).*

-Зайчик благодарит нас за то, что мы вернули его мячик.

-Смотрите наш зайка какой-то грустный, давайте ого развеселим, мы превратимся в зайчат и поиграем.

***«Раз, два, три повернись и в зайчат превратись».***

**Подвижная музыкальная игра «Лиса и зайцы»**звучит музыка и дети выполняют действия согласно тексту:

На лесной лужайке разбежались зайки, вот какие зайки, зайки- побегайки.

*(дети прыгают, изображая зайчиков)*

Сели зайки на лужок, роют лапкой корешок.

*(сидят, делают движения руками)*

Вдруг бежит лисичка - рыжая сестричка. «Где, где же вы зайки?»

*(лиса догоняет зайцев*, *а зайчики убегают в свои домишки).*

Игра повторяется по желанию детей несколько раз.

Воспитатель: - Какие быстрые и ловкие у меня зайчата. Давайте попрощаемся с зайкой и будем превращаться в ребят.

 ***«Влево, вправо повернись и в ребяток превратись».***

***III. Заключительная часть – 2-3 мин.***

Вот и подошло наше путешествие к концу.

Садимся на коврик, тихо- тихо сидим, ножки и ручки расслаблены

глаза закрыты.

Все крепко закройте глазки и не подсматривайте, потому что волшебство не сработает! **«Раз, два, три в детский сад попади»**.

*Звучит мелодия «волшебства»*

Откройте глаза и посмотрите, мы волшебством перенеслись в детский сад…

Воспитатель: - Ребята, вам понравилось наше путешествие?

Где мы с вами сегодня побывали? Кому мы помогли?

А что мы делали в лесу, что вам запомнилось?

С каким настроение мы пойдем к себе в группу?

А теперь спокойно, дружно, друг за другом пойдем в группу.