МДОУ «Детский сад №235»

Конспект физкультурного занятия

во второй младшей группе

Выполнила воспитатель:

Силкина Юлия Романовна

Саратов 2014

Программное содержание:

Учить детей в ходьбе и беге (ходьба и бег чередуются), учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади, мягко приземляться в прыжках, укреплять здоровье детей посредством упражнений и основных движений с использованием нестандартного физкультурного оборудования, воспитывать интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, здорового образа жизни.

Оборудование:

Нестандартное физкультурное оборудование (гантели, «разноцветные ручейки», «веселые погремушки», «разноцветные пенечки», массажные дорожки.)

Ход НОД:

Воспитатель. Ребята, сегодня мы отправимся в гости к маленьким человечкам-гномикам. Гномы живут в пещере и добывают там драгоценные камни. Вы согласны пойти к ним в гости?

Дети. Да.

Воспитатель. Путь предстоит долгий, вставайте на дорожку, отправляемся в путь.

Дети выстраиваются в колонну по одному, ходьба и бег в колонне по одному. Дети строятся в шеренгу, воспитатель объясняет задание. Когда они пройдут половину пути, воспитатель дает сигнал (удар в бубен) и дети бегут. Пробежав полный круг, дети снова идут. Задание выполняется дважды.

Воспитатель. Посмотрите, как далеко мы забрались. Здесь так интересно. Ой, что это? Да это же гантельки. Гномы каждый день с ними делают зарядку. Давайте и мы встанем врассыпную и попробуем в действии эти гантели.

* Общеразвивающие упражнения с гантелями (разноцветные футляры от «киндер-сюрпризов», деревянные палочки, раствор цемента).

1. И.п.: ноги на ширине ступни, гантели в опущенных руках. Поднять руки в стороны вверх, руки прямые, опустить. Вернуться в и.п. (4-5 раз).
2. И.п.: то же, гантели в обеих руках у плеч. Присесть, положить гантели на пол, встать, вернуться в и.п., опять присесть, взять гантели с пола, вернуться в и.п. (3-4 раза).
3. И.п.: стоя на коленях, гантели в обеих руках внизу. Поднять гантели вверх, наклоны вправо (влево), опустить, вернуться в и.п. (4 раза).
4. И.П.: ноги слегка расставлены, руки опущены с гантелями. Прыжки на двух ногах на месте с чередованием с ходьбой. (2 раза).

* Основные движения

Воспитатель. Гантели оставили гномам, а нам пора дальше идти.

Посмотрите, ребята, а вот и дорожка, по которой ходят гномы (она выложена из «разноцветных ручейков»).

* Ходьба по узкой «дорожке».

А вот здесь кочки, через них гномы перешагивают. Очень трудно гномикам, они ведь маленькие, ножку нужно поднимать повыше.

* Перешагивание через « разноцветные пенёчки».

Ой, сколько цветных ручейков! Вам нужно перепрыгнуть через них.

* Прыжки на двух ногах через «разноцветные ручейки»

Воспитатель. Молодцы! Преодолели все препятствия, а теперь можно и поиграть.

* Игра «Веселая погремушка».

Дети становятся в круг и передают «весёлую погремушку» из рук в руки, при этом говорят:

Погремушечка, звени,

Громко, весело, беги

По кружочку, не зевай,

Петю быстро выбирай

И плясать с ним начинай.

После последних слов в круг выходит ребёнок, у которого «весёлая погремушечка» оказалась в руках, и начинает танцевать. Остальные дети хлопают.

Входит Гном с угощением.

Гном.

Вы, ребята, молодцы,

Вы, ребята, храбрецы!

Очень сильно вы старались

Ничего не испугались.

И поэтому для вас

Угощение припас,

Погремушкой постучу

Громко-громко покричу:

Раз, два, три…

На тарелочку смотри!

Гном угощает детей и прощается.