Конспект занятия по физкультуре в ясельной группе

Конспект занятия по физической культуре для ясельной группы "Прогулка с Зайчиком в осенний лес"

Задачи:

Образовательные:

• укреплять физическое и психическое здоровье;

• упражнять в умении ходить и бегать друг за другом;

• формировать умение правильно выполнять прыжки через 2 параллельные линии, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь;

• упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамье;

• закреплять умение подлезать под натянутый на стойках шнур и выпрямляться;

• обогащать и активизировать двигательный опыт детей.

Развивающие: Развивать внимание, мелкую моторику пальцев рук и ног; навыки ориентировки в пространстве, координацию и ритмичность движений, психофизические качества: быстроту, ловкость.

Воспитательные: Воспитывать интерес к занятию физической культурой, вызывать радость и удовлетворение от совместных игровых действий, воспитывать смелость и уверенность при ходьбе по ограниченной плоскости.

Оборудование к занятию: листочки - по 2 на каждого ребенка; шнур, натянутый между двумя стойками; гимнастическая скамья (высота 20 см) ; 2 скакалки; мягкие игрушки – зайка и медведь; угощения для Зайца (овощи и фрукты – муляжи) ; большой зонтик.

Ход занятия

I ч. - Вводная часть. Организационный момент:

Воспитатель - Ребята, к нам сегодня пришёл Зайка (воспитатель показывает игрушку зайца, он приглашает вас на прогулку в осенний лес. Пойдём с Зайчиком гулять?

По дорожке мы шагаем (идут друг за другом, 30 секунд

(Воспитатель идёт спиной вперёд, несёт в руке Зайца и предлагает смотреть на него - формирование правильной осанки) .

Громко топать начинаем (топают) .

Через лужу, ручеек

Прыг-скок, прыг – скок (прыжки с продвижением вперёд) .

Мы по камушкам идём,

И совсем не устаём (Корригирующая ходьба по массажным дорожкам, упражнение на профилактику плоскостопия)

Ну а если не устали,

быстро- быстро побежали (бег друг за другом) .

II ч. - Основная часть:

Воспитатель: Вот мы оказались на лесной полянке. Посмотрите, сколько здесь листочков! Возьмите каждый по 2 листика и поиграем с ними! А зайка посмотрит, как ребята умеют играть с листочками (Дети стоят врассыпную лицом к воспитателю, в руках у каждого 2 листочка) .

1. Общеравивающие упражнения:

1) «Показали – спрятали листочки»

И. П. - стоя, руки внизу, листочки в каждой руке. Показать листочки, руки вперёд, спрятать листочки, руки за спину (4-5 раз) .

2) «Погладим ножки листочками»

И. П. – сидя, ноги врозь, руки с листочками впереди. Наклониться к носкам ног, погладить ножки листочками, выпрямиться (4-5 раз) .

3) «Жучки прячутся в листочках»

И. П. - лечь на спину, руки с листочками вытянуты вдоль туловища, приподнять руки с листочками и ноги, произвольно двигать ими «как жучки» (4-5 раз) .

4) «Листочки вперёд»

И. П. – лёжа на животе, руки согнуты в локтях вдоль туловища, выпрямить руки вперёд, поднять голову, показать листочки, снова согнуть руки (4раза)

5) «Прыгаем как зайки возле листочков» (15-20 сек.)

Листочки положить на пол и попрыгать возле них

(Зайка прыгает вместе с детьми) Похвала, одобрение.

6) Дыхательное упражнение «Подул ветерок на листочки».

Дети поднимают листочки, дуют на них. Давайте подарим красивые листочки Зайке! (дети кладут листочки в корзину) .

Вот как весело мы поиграли с листочками, молодцы! Пойдёмте дальше гулять по лесу.

2. Основные виды движений:

1) Вот и речка на пути.

надо речку перейти.

«Перепрыгивание через две параллельные линии» (расстояние 15 см). Воспитатель обучает, показывает и объясняет, дети вместе с ним выполняют прыжки (Прыгать легко, приземляться мягко на носочках, как зайка. Похвала) .

2) Зайка убежал вперёд и

за мостиком ждёт нас.

Давайте проползём под мостиком и помашем ручкой зайке. «Ползание на четвереньках, с опорой на колени и ладони». Проползти, встать и помахать Зайчику рукой.

3) По дорожке мы пойдём,

угощение Зайчику принесём.

Ходьба по скамейке с сохранением равновесия. Надо пройти по скамейке, взять любое угощение и принести его Зайке. Зайка благодарит, хвалит.

3. Подвижная игра «зайка серенький сидит».

Дети сидят на скамейке. Воспитатель предлагает детям поиграть вместе с Зайчиком в весёлую игру.

Все приседают на корточки и выполняют движения по тексту. После слов: «Мишка Зайку напугал, Зайка прыг… и ускакал», дети подпрыгивают на двух ногах и убегают на скамейку, Мишка их догоняет (играют 1-2 раза) .

III ч. – Заключительная часть:

Ребята, кажется, дождик начинается! Слышите, как он шумит?

Пальчиковая гимнастика «Дождик» (дети повторяют движения за воспитателем) .

По деревьям и по крышам

Дождик прогуляться вышел, (пальчики «шагают»)

По травинкам застучал, (дети топают ногами)

по листочкам зашуршал, (хлопают в ладоши)

Кап –кап –кап, (кулачком стучать по левой ладошке)

тук- тук-тук, (кулачком стучать по правой ладошке)

Капли падают вокруг (хлопают в ладоши над головой)

Воспитатель: «Дождик сильный начался, нам пора домой возвращаться. Прячьтесь все под зонтик! До свидания, Зайчик, спасибо за интересную прогулку! (воспитатель раскрывает большой зонт, все дети прячутся под него и уходят) .

Подготовила воспитатель Ипатова Т.В

Г.Колпино