**План-конспект открытого занятия**

**по физической культуре**

**во второй младшей группе**

**«Сказочный лес»**

**Задачи:**Совершенствовать умение ходить в колонне по одному, закрепление метания мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой, закреплять во время броска соблюдать указанное направление. Совершенствовать действия по сигналу воспитателя, развивать крупную моторику, внимательность, воспитывать чувство смелости, ловкость.

**Сюжет:** Группа детей отправляется в сказочный лес за волшебными мешочками, чтобы ими победить «Змея Горыныча» и, вернувшись из леса сыграть в интересную игру.

**Инвентарь:**Мешочки с песком по количеству детей, сундук, 3 обруча для метания в цель с изображениями «Змея Горыныча», шапка «вороны».

**Ход занятия:**

*Инструктор*: Ребята! Сегодня мы отправимся в путешествие в «Сказочный лес». В лесу, чтобы не заблудиться, не отставайте, идите друг за другом и не обгоняйте, чтобы не провалиться в ямку.

I часть. Ходьба в колонне по одному 15 сек., ходьба на носках 15 сек., ходьба на пятках 15 сек. Бег 30 сек. Ходьба обычным шагом.

*Инструктор*: Вот мы и пришли на полянку ребята. А поскольку лес сказочный, значит, на полянке мы можем найти что-нибудь волшебное. Давайте посмотрим вокруг и найдем какой-нибудь сказочный предмет. Дети замечают сундук с волшебными мешочками. Берут мешочки с песком и становятся в круг на «полянке».

Построение в круг, по меткам на полу.

IIчасть. *Общеразвивающие упражнения* (с мешочком).

1. *На осанку*

*И. п.:* сидя, держать мешочек в обеих руках на коленях.
Поднять руки вверх, потянуться, опустить руки на колени (4—6
раз).

*2. Приседания*

*И. п.:* стоя, руки внизу, в одной руке мешочек. Положить
мешочек на голову и придерживать сбоку обеими руками, не
торопясь, присесть, выпрямиться, стараться, чтобы мешочек не
падал с головы, смотреть вперед (4—6 раз).

*3. Для мышц спины*

*И. п.:* лежа на животе, мешочек в обеих руках под
подбородком. Вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться
в исходное положение. Не прогибать верхнюю часть
туловища (3—4 раза).

4. Подскоки на месте на двух ногах. Ходьба на месте.

*Основные движения*.

*Инструктор*: Ребята! Смотрите. К нам прилетел «Змей Горыныч». Прогнать нас хочет из леса, но волшебные мешочки нам помогут. Забросаем его мешочками!

Метание мешочков из-за головы в горизонталь­ную цель правой и левой рукой в обруч с расстояния 80—100 см., 3-4 раза каждой рукой.

Победив «Змея», дети возвращаются из леса домой.

*Подвижная игра.*

*«Червячки и ворона»* (2—4 раза).

Дети играют роль «червячков», воспитатель – «ворона». Червячки под музыку гуляют по «полянке», когда звучит соответствующая ситуации мелодия со словами «Вдруг ворона прилетает…» - появляется «ворона» и дети должны быстро спрятаться в домики. Кто не успел, того ворона «съедает».

IIIчасть. Ходьба обычным шагом. Дыхательная гимнастика.