**План-конспект занятия по физической культуре для первой младшей группы**

**Тема: «Такая разная осень»**

**Дата:** 30.09.2015

**Место проведения:** спортивный зал МБДОУ г.Иркутска детский сад № 33

**Одежда:** футболка, шорты, кеды или кроссовки

**Инвентарь:** Осенние листочкипо 2 шт. каждому ребенку, скамейки 2 шт, стульчик 1 шт.

**Задачи занятия:**

1. **Образовательные:** Научить ходить по уменьшенной площади опоры, при выполнении упражнений в равновесии.
2. **Оздоровительные:** Содействовать развитию координационных движений и ориентировки в пространстве
3. **Воспитательные:** Формировать навыкидружной и согласованной работы при выполнении заданий

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части занятия** | **Частные задачи** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| **Вводно-подготовительная**  **(2 мин)** | Организовать детей к проведению занятия  Содействовать развитию внимания, ориентировки в пространстве | Дети заходят в зал стайкой. Их встречает инструктор по физ.культуре, в руках осенние листочки:  -Здравствуйте ребята, что же вы видите у меня в руках?  Дети отвечают: листочки  - конечно, только это не простые листочки, а осенние. Кто мне скажет, какого цвета бывают осенние листочки?  Ответы детей  -Молодцы ребята, конечно, листочки осенние бывают желтыми, красными, оранжевыми и зелеными. А вы хотите поиграть с листочками?  -Да!  - Ребята наступила осень, подул ветерок и рассыпал все листочки.  Выбирайте себе два листочка и построимся в круг.  Перестроение в круг. | 2 мин. | Ответы детей  Показываю каждый цвет по отдельности  Разбрасывание всех листочков  Дети поднимают с пола себе 2 листочка, не наталкиваясь друг на друга, и перестраиваются в круг |
| **Основная часть**  **(8 мин)** | Развивать мышцы рук плечевого пояса: содействовать укреплению мышц плечевого пояса  Укреплять мышцы плечевого пояса(сгибатели, разгибатели плеч)  Укреплять мышцы плечевого пояса и ног  Совершенствовать координационные способности  Добиваться одновременного выполнения упражнения.  Добиться хождения по дорожке не наступая на линии  Научить ребят выполнять движения под музыку, учить слышать музыку  Формировать навык ориентировки в пространстве  Приведение организма в оптимальное состояние | **ОРУ с осенними листочками**  **1 «Покажем листочки»**  **И.П.:** о.с., листочки вниз  **Выполнение:** поднимает листочки вверх, машем листиками над головой (показываем листочки), опускаем листочки вниз.  2 **«Спрячемся»**  **И.П.:** о.с., листочки вниз  **Выполнение:** присесть, закрыть лицо листочками  3 «**Ветерок подул**»  **И.П.:** ноги на ширине плеч, листочки внизу  **Выполнение:** наклониться вперед, качаем листочками из стороны в сторону  4 «**Листочки закружились**»  **И.П.:** о.с., листочки внизу  **Выполнение:** кружимся сначала в одну сторону, затем в другую  **5 «Листопад»**  **И.П.:** узк.ст., листочки вверх  **Выполнение:** подбрасываем листочки и наблюдаем как она опускаются на пол  **Основные виды движений:**  **Равновесие - ходьба по дорожке.**  Чертится 2 линии длиной 2 метра и шириной 50 см и на расстоянии 1 метра ставится стул.  -Ребята прошел дождик и везде остались лужи, сейчас мы пойдем по дорожке, чтобы не промочить наши ножки. Кладем листочки на стульчик и возвращаемся на свое место.  **Игра «Ветер и листочки»**  **под муз.сопровождение Пензулаева Л.Н.**  Ребятам раздаются осенние листочки. Под музыку ребята начинают «летать» как листочки по всему залу, кружатся и опускаются (приседают)  **Упражнение на дыхание:**  Кладем лист на ладонь и дуем на него, чтобы листочек улетел как можно дальше | 3-4 раза  3-4 раза  3 раза  2 раза  2 раза  2-3 раза  2-3 раза | Руки поднимаем и опускаем через стороны  Присесть полностью и затаится  Руки прямые, ноги в коленях не сгибать  Кружится не долго, чтоб ни у кого не закружилась голова  Спросить у ребят, что такое листопад.  Рассказать и предложить посмотреть на листопад  Дети садятся на 2 скамейки, сначала задание выполняет первая подгруппа детей, вторая смотрит. Затем меняются местами. Соблюдать дистанцию при поточном способе выполнения.  Когда задание повторяем второй раз листочки снова забираем.  Следить за тем, чтобы ребята не наталкивались друг на друга.  Летали как листочки: красиво, плавно,  При приседе нужно аккуратно присесть, а не плюхнуться на пол  Дуть на листочек как можно дольше |
| **Заключительная часть**  **(2 мин.)** | Организовать внимание ребят | Построится в шеренгу;  Организованный выход из зала:  Игра «Поезд» под муз.сопровождение | 2 мин. | Каждый стоит на ориентире - мяче  Выполняется в колонне, дети кладут руки впереди стоящему ребенку на плечи, и движется поезд дробным шагом, не разрывая вагончики. |