Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребёнка – детский сад № 10» городского округа Кинешма

155815, г. Кинешма, Ивановской области, Ул. Ю. Горохова, д.10,

Тел: 2-06-12; 2-23-64; факс 2-06-12

**Конспект**

**по физическому развитию**

**на тему:**

**«Мишка, просыпайся!»**

**для детей 1 младшей группы**

Воспитатель: Карганова Т.Е.

Г. Кинешма

Программное содержание:

* Совершенствовать умение детей ползать на четвереньках, между предметами, опора на ладони и колени, сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамье
* Упражнять в подлезании под дугу
* Развивать у детей выносливость и умение согласовывать свои движения с движениями других детей
* Воспитывать у детей бережное отношение ко всему живому, умение сопереживать.

Подготовка к занятию

Предварительная работа: чтение художественной литературы, рассказывание о времени года – весне, о животных живущих в лесу, рисование по данной теме (солнышко, ручеёк, травка), выполнение движений имитационного характера (зайка, мишка), подвижная игра.

Оборудование: магнитофонная запись, гимнастическая скамья (мостик), 2 дуги (кусты), 2 колокольчика, искусственные елочки (5 штук), цветочки (8 штук), 2 ширмы, костюмы зайца и медведя, массажные дорожки.

Ход НОД.

1 часть занятия

Дети спокойно под музыку входят в группу (зал).

Воспитатель: Как здесь красиво. Как ярко светит солнце, весело поют птицы. А вы, знаете какое сейчас время года?

Дети:

Воспитатель: Правильно. Наступила весна. Природа оживает. Зверушки, букашки просыпаются от зимней спячки. Лёг однажды мишка спать

Начал лапу он сосать.

С этой соской рот разинув

Спал в берлоге он всю зиму.

А когда пришла весна,

Стало мишке не до сна.

Хочет он пройтись по травке,

Поискать жучков в канавке,

Мёда сладкого достать,

Да никак ему не встать.

Спит себе посыпает и не знает, что весна пришла. Мы сегодня с вами отправимся в весенний лес, нам надо разбудить мишку. Он не может проснуться. Поможем ему?

Дети:

Воспитатель: Ну, тогда отправляемся в путь. Дорога предстоит не лёгкая, вы готовы?

Дети:

Воспитатель: Чтоб к лесочку подойти, нам по дорожкам надо пройти.

Ходьба друг за другом по массажным дорожкам.

Воспитатель: По ровненькой дорожке шагают наши ножки.

Зашагали ножки раз-два-три,

Прямо по дорожке раз-два-три.

Ну-ка веселее раз-два-три,

Вот, как мы умеем раз-два-три.

Бег друг за другом.

Ходьба с высоким подниманием ног.

Воспитатель: Мы шагаем, мы шагаем

Прямо по дорожке,

Хорошенько поднимаем

Выше наши ножки.

Бег друг за другом.

Ходьба друг за другом на носочках, руки на поясе.

Воспитатель: А теперь на носочках мы пойдём, потянулись к солнышку.

Мы шагаем, мы шагаем,

Руки выше поднимаем.

Руки к солнцу, улыбнулись,

Потянулись выше, выше.

Ходьба друг за другом.

Встретили на полянке зайчишку.

Воспитатель: Ой, смотрите, за кусточком кто сидит? на ребяток кто глядит?

Дети:

Воспитатель: Да, это житель лесной. Давайте поздороваемся. Зайчишка, а почему ты дрожишь, что случилось?

Зайчик: Мне холодно, я замёрз.

Воспитатель: Ребята, давайте, поможем зайке согреться, покажем ему упражнения. Мы зайчишка тебя научим. Вставайте ребятки по порядку.

Воспитатель: Наш девиз: По утрам зарядку делай, будешь сильным, будешь смелым!

2 часть занятия.

О. Р. У.

* «Стал наш зайка средь травы, уши выше головы».

И.п. о.с. 1 – руки вверх, подняться на носочки; 2 – И.п. (Д – 4 раза)

* «Зайке весело стоять, стал он лапками махать».

И.п. тоже, В: поднять руки перед собой; сгибание и разгибание кистей (Д- 5 раз)

* «Зайки ставьте лапки шире. Ну-ка зайка повернись, вот так покажись, вот так повернись».

И.п. ноги на ширине плеч, руки на поясе. В: 1 –поворот вправо; 2 – И.п; 3 – поворот влево; 2 – И.п. (Д-в каждую сторону по 3 раза)

* «Лапки быстро опустили. Корешок в земле отрыли. Раз – два, раз – два. Корешок в земле отрыли».

И.п. тоже, В: наклон вперёд, руками «роют корень» - имитация; 2 – И.п. (Д-4 раза)

* «Зайка ставим лапки вместе и попрыгаем на месте. Стал наш заинька плясать, наших деток забавлять».

И.п. ноги вместе, руки согнуты в локтях; В: прыжки на двух ногах на месте.

Воспитатель: Ну, что зайка разогрелся?

Зайка: Да, и правда стало жарко. Спасибо вам малыши.

Воспитатель: Зайчишка за старания твои получи морковку ты. Ну, а нам пора в дорогу, надо найти мишину берлогу. Ребятки давайте попрощаемся с зайкой.

Дети:

Воспитатель: Отправляемся в путь.

Ходьба друг за другом.

Воспитатель: Вот и дошли мы до леса.

Основные виды движений.

Воспитатель: Ой, вот мостик на пути. Надо нам по нему пройти и не намочить наши ножки. Ребята на тот берег перейдете и на бревне отдохнёте.

1. Ходьба по гимнастической скамейке (мостику)

Воспитатель: Мостик в стороны качался,

А под ним ручей смеялся.

На носочках мы пойдём,

На тот берег попадём.

Дети на скамейке (бревне) делают самомассаж.

Воспитатель: Что ребята отдохнули? Чтоб к берлоге подойти, надо нам под кустами проползти и между елочками.

1. Подлезание под дугами (кустами)

Воспитатель: Лес дремучий, выше ветки.

Испугались наши детки.

На коленях поскорей,

Трудный путь преодолей.

1. Ползание на четвереньках между предметами (ёлочками)

Воспитатель: Лес дремучий, ниже ветки.

Испугались наши детки,

На коленях поскорей,

Страшный путь преодолей.

Воспитатель: Наконец – то дошли, вот где мишка живет. Ребята давайте покричим.

Мишка, мишка просыпайся.

Мишка хватит спать, полно тебе лодырю

Лапу то сосать, пора вставать.

Дети:

Медведь: Здравствуйте ребятки. Ох, меня не держат ноги, не подняться, не ступить. Что же делать, как же быть?

Воспитатель: Мишенька надо тебе косточки размять, надо с нами поиграть.

Подвижная игра «Догонялки».

Воспитатель: Вот наш Мишенька встаёт

Он плясать сейчас начнёт.

Будет Мишенька плясать,

Всех ребяток забавлять.

А потом нас догонять.

Медведь: Вот спасибо вам ребятки, что меня разбудили. Долго я спал, какая красота вокруг, зеленеет лес и луг.

Воспитатель: Миша и ты получи от нас подарок, бочонок сладкого медка. До свидания.

Дети:

Заключительная часть.

Ходьба друг за другом.

Воспитатель: Молодцы ребятки, за добрые дела, за то, что помогли зайчику согреться, разбудить мишку от зимней спячки я приготовила вам сок Угощайтесь на здоровье.