Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Теремок» г. Николаевска Волгоградской области

**Физкультурное занятие для детей**

**2 младшей группе**

**«Веселая физкультура»**

Подготовила и провела:

воспитатель Сивко Н.Н.

Николаевск 2019 г.

**Задачи:** Повторить ходьбу с выполнением задания; формировать умение строиться в колонну, ходить на носочках, прыгать на двух ногах. Упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола.

**Атрибуты:**игрушка зайца, кубики, дуги, обручи, гимнастическая доска.

**Время занятия:** 15 минут.

**1-я часть**. Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Великаны»– дети выполняют ходьбу на носках, руки прямые вверх. По сигнал воспитателя: «Лягушки» – дети останавливаются, приседают, кладут руки на колени (можно произнести «ква-ква-ква»). Поднимаются и продолжают обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки» – дети останавливаются и машут руками, «как крылышками». По сигналу воспитателя: «Самолеты» – дети выполняют бег. Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс – "лошадки". По сигналу: "Мышки!" – дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на поясе.

**2-я часть. Общеразвивающие упражнения с кубиками.**

1. И. п. – ноги на ширине ступни, кубик в правой руке внизу. Поднять руки через стороны вверх и передать кубик в другую руку над головой. Опустить руки, кубик внизу, и так последовательно несколько раз подряд.

2. И. п. – ноги на ширине ступни, кубик в правой руке. Присесть, положить кубик на пол, подняться, выпрямиться, руки за спину. Присесть, взять кубик левой рукой, выпрямиться, кубик внизу (4–6 раз).

3. И. п. – ноги на ширине плеч, кубик в обеих руках внизу. Поднять кубик вверх; наклониться вперед-вниз и коснуться кубиком пола. Выпрямиться, вернуться в исходное положение (4–5 раз).

4. И. п. – стойка на коленях, сидя на пятках, кубик в правой руке. Поворот вправо, положить кубик позади себя. Выпрямиться, руки на пояс, поворот вправо, взять кубик, вернуться в исходное положение (по 3 раза в каждую сторону).

5. И. п. – ноги слегка расставлены, кубик на полу у ног. Прыжки на двух ногах вокруг кубика вправо и влево (по 2–3 раза).

***«Понюхали цветы»***

Наклониться вперед, сделать «вдох» («понюхать цветы»), ненадолго задержать дыхание, выпрямиться, делая медленный «выдох» (2 р.).

**Основные виды движений.**

Равновесие ***«Пройди – не упади».*** Дети выполняют ходьбу по доске (ширина 15 см) в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2–3 раза). Воспитатель следит за тем, чтобы дети держали голову и спину прямо и смотрели вперед, и осуществляет страховку

Прыжки ***«Из ямки в ямку».*** Плоские обручи выложены в ряд (по 3-4 штук, на расстоянии 40 см друг от друга) – это "ямки".

Дети выполняют прыжки на двух ногах из ямки в ямку (без остановки или с небольшой паузой перед ямкой), с приземлением на полусогнутые ноги (2–3 раза).

Ползание под дугу ***«Проползи – не задень»*** (высота 50 см). Подойти к дуге, присесть и пройти под дугой, не задев верхнего ее края. Выпрямиться, подойти к следующей дуге и так далее.

**Подвижная игра «Найди свой цвет».** В двух местах площадки положены обручи разных цветов. Дети разделяются на две группы, и каждая группа занимает место вокруг обруча. Воспитатель предлагает запомнить цвет своего обруча, затем по сигналу дети разбегаются по всему залу. На сигнал: "Найди свой цвет!" – дети стараются занять место около обруча. Игра повторяется 3–4 раза.

**Игра «Зайка серенький сидит»**

Зайка серенький сидит и ушами шевелит

Вот так и вот так, он ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,

Вот так и вот так, надо лапочки погреть,

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать!

Скок – скок – скок - скок, надо зайке поскакать!

**Рефлексия:**

А теперь давайте сядем на пол и закроем глазки, пусть глазки наши отдохнут — открыли, посмотрели на потолок – закрыли – открыли – поморгали – закрыли – открыли.

Молодцы, ребята, зайчику вы сегодня очень понравились, и он решил подарить вам конфетки.