Конспект открытого физкультурного занятия
Во второй младшей группе
« Веселая зарядка»

Цель: Знакомить детей с выразительными возможностями движений.

Задачи:

1.Упражнять детей в катании мяча друг другу.

2.Учить детей ходить по ребристой доске, перешагивая через предметы.

3.Корригировать внимание, развивать правильное дыхание.

4.Корригировать осанку в процессе выполнения упражнений.

5.Воспитывать умение внимательно слушать инструкции воспитателя и выполнять их.

Атрибуты: Бубен, игрушка зайца, планшетка, мячи, ребристая доска, набивные мячи. Ширина доски=20 см., длина=2-3м.

Время занятия: 15 минут.

Ход ООД:

Вводная часть — 2 мин.

Цель: Подготовить организм к небольшой физической нагрузке.

Дети входят в зал и встречаются с зайчиком, который приглашает детей в гости к себе, т.к. ему скучно одному в лесу. Ребята отправляются в «лес».

Построение в шеренгу-20 сек.

Воспитатель: -Здравствуйте ребята!

Сегодня мы с вами отправляемся в «лес» к зайчику. Готовы идти?

Дети: - да.

1.Ходьба (10 с.)

2.Ходьба на носочках .

Воспитатель: — дети, покажем какие высокие, высокие деревья растут в лесу (7 с.)

Вдруг дети увидели волка и быстро убежали от него.

4.Бег в медленном темпе - (15 с.)

5.Ходьба -(50 с.)

Воспитатель: — вот мы и пришли к домику зайчика.

Каждый ребенок занял себе «место»- построение в круг.

Основная часть — 10 мин.

Цель: Дать детям небольшую физическую нагрузку.
ОРУ без предметов.

Воспитатель:- Ребята, зайка просит, чтобы вы показали, как мы умеем выполнять упражнения. Покажем зайке?

Дети: - Конечно, покажем.

1. «Детки играют с солнышком»

И.п.: стоя, ноги на ширине ступни (узкой дорожкой), руки за спиной.

Вып.: 1 — вытянуть руки на уровне плеч («погреть на солнышке»). 2 — и.п. (спрятать) (5 р.)

2. «Дети собирают цветы»

И.п.: ноги на ширине ступни (узкой дорожкой), руки на поясе.

В.: 1- присесть «сорвать цветочек»; 2- встать (и.п.) (5 р.)

3. «Ребята наклоняются»

И.п.: Сидя, ноги врозь, руки за спиной.

В.: 1 — наклониться; 2 — коснуться ладонями носков ног; 3-4 — выпрямиться, вернуться в и.п. (5 р.)

4. « Дети греются»

И.п.: сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади.

В.: 1 — согнуть ноги в коленях, подтянуть к животу; 2 — и.п. (5 р.)

5. «Ребята прыгают как зайчики»

— прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой (10 пр.)

— прыжки на двух ногах вокруг себя в чередовании с ходьбой (10 пр.).

Дыхательные упражнения.

1) «Подули на одуванчик»

В.: Сделать вдох, ненадолго задержать дыхание немного наклоняясь вперед, сделать медленный выдох («подуть на одуванчик») (2 р.).

2) «Понюхали цветы»

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

Основные движения.

Воспитатель: - Ребята, зайчик мне сказал, что он хочет посмотреть, как вы умеете катать мяч друг другу. Покажем ему?

Дети: Да, покажем.

Воспитатель: - Ребята, Алиса катит мяч Степе, Степан катит мяч Марку… Катаем мяч друг другу, мяч не теряем.

Воспитатель: - Молодцы ребята, зайчику очень понравилось, как вы выполняли упражнения. Сейчас мы с вами поиграем в *игру «Зайка серенький сидит»* (2 р.).
Зайка серенький сидит *(взрослый садится)*

И ушами шевелит *(взрослый подносит пальцы к голове, шевелит ими).*

Вот так, вот так

Он ушами шевелит *(дети подражают движениям взрослого и повторяют за ним слова).*

Зайке холодно сидеть

Надо лапочки погреть.

Вот так, вот так

Надо лапочки погреть *(все хлопают в ладоши и повторяют 2 последние строчки)*

Зайке холодно стоять

Надо зайке поскакать,

Вот так, вот так

Надо зайке поскакать *(все прыгают на одном месте).*

Воспитатель: - А теперь попрощаемся с зайчиком и уйдем из «леса» коротким путем, где нам надо перейти речку через бревно, которая покрыта сучьями, мы будем перешагивать через эти сучья *(ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы)* (5 р.).

Дети под музыку выходят из зала.

В группе. Воспитатель:

- Ребята, куда мы сегодня с вами ходили?

Дети:- В лес, в гости к зайчику.

Воспитатель: - Что понравилось у зайчика?

Яна: - Мне понравилось бегать.

Полина: - игра «Зайка серенький».

Воспитатель:- Молодцы, ребята, зайчику вы сегодня очень понравились, и он решил подарить вам медальки.