Конспект занятия
по физической культуре для детей 2-й младшей группы
инструктора по физкультуре МКДОУ№18 г. Сегежи
Шулимовой Елены Александровны
Тема: «Путешествие в лес»

Цель: Расширение представлений детей о родном крае; Развитие общей моторики, координации движений.

Задачи:

- Формировать у детей умение ходить по гимнастической скамейке.
- Учить детей сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.
- Обучать детей прыжкам в длину с места.
- Развивать ловкость, гибкость, глазомер и чувство равновесия.
- Расширять и систематизировать полученные знания о родном крае; активизировать словарный запас по теме.

Оборудование: гимнастическая скамейка, 2 длинных шнура, шишки, грибы, ягоды.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания

Вводная часть	Построение детей в одну шеренгу. Приветствие. - Сегодня мы с вами отправляемся в лес. Но чтобы до него добраться, надо преодолеть много препятствий. Вы готовы? - Да! - Сначала мы пойдем пешком, затем поедим на машине. Давайте встанем друг за другом и пойдем в лес. Ходьба. - ходьба в колонне по одному. Посмотрите на лесной тропинке много камешков. Но мы с пути не свернем, мы их перешагнем. - ходьба с перешагиваем через препятствие. - Ой, ребята, я вижу машину. Побежали до машины, сели и поехали. «Поехали, поехали За грибами, за орехами, Приехали, приехали С грибами и орехами. Бег. - медленный бег в колонне по одному. А сейчас тропинка извивается как змейка, едим осторожно. - по извилистой дорожке «Змейкой» - бег, переходящий в ходьбу	2 мин. Пол круга 1 круг	Равнение по линии. Обратить внимание на сохранение осанки. - Голову и спину держать прямо, смотреть вперед. - Не обгонять друг друга, соблюдать дистанцию.
Основная часть	Вот мы с вами и приехали в лес. Посмотрите, что же на тропинке лежит? **ОРУ** (с шишками) 1.И.п. – стоя, ноги на ширине ступни, руки с шишками опущены. 1-вытянуть руки вперед, показать свои шишки 2-и.п. 3-4- тоже	4-6 раз	Следить за осанкой, руки прямые.
	2.И.п.- стоя на коленях, руки с шишками за спиной. 1-поворот вправо 2-и.п. 3-поворт влево 4-и.п.	4-6 раз	Следить за осанкой
	3.И.п.- сидя, ноги врозь, шишки в		

	руках, согнутых в локтях перед грудью 1-наклониться вперед, шишками коснуться пальцев ног 2-и.п. 3-4- тоже	4-6 раз	Следить, чтобы ноги были прямыми
	4.И.п. – о.с. 1-присесть, стукнуть шишками о пол 2- и.п. 3-4-тоже	4-6 раз	Следить за осанкой
	5.И.п. –о.с. руки на поясе Прыжки на двух ногах вокруг шишек в обе стороны	8-10 прыжков	Прыгать легко, приземляясь на носочки
	ОВД (поточный метод) Давайте мы пойдем дальше по дорожке на полянку, но нам надо идти по мостику. Дети двумя колоннами выполняют задания. - «Пройди - не упади» Ходьба по гимнастической скамейке, свободно балансируя руками. Идем дальше по дорожке и на нашем пути встречается канавка. -Что же делать, как идти дальше? Давайте перепрыгнем через канавку. - Прыжки «Через канавку» (из шнуров на полу выложена «канавка» (ширина 15 см) Вот мы с вами и добрались до полянки. А сколько на поляне много грибов и ягод. Давайте их будем собирать.	2 раза 6-8 раз	Голову и спину держать прямо, смотреть вперед, Соблюдать дистанцию Прыгать надо сгибая колени и приземляться на обе полусогнутые ноги. Соблюдать дистанцию
	П/и «У медведя во бору» Содержание: Дети ходят по площадке и произносят слова: «У медведя во бору грибы, ягоды беру. А медведь сидит и на нас рычит. После слова «рычит» дети убегают, стараясь попасть в дом, а медведь ловит их (играющий до которого медведь дотронулся, считается пойманным). Один из пойманных игроков становится медведем.	4 мин.	Учить детей ходить равномерным шагом, ловко бегать с изменением направления.

Заключитель-ная часть	Ой, молодцы, насобирали много грибов и ягод. И теперь можно идти домой. - Ходьба в колонне по одному.	1 мин.	Следить за соблюдением дистанции