

Конспект физкультурного занятия (сюжетное) в - 2 младшей группе.

« Кот Васька с нами поиграйка»

Воспитатель физической культуры – Сакулина Е. А.

Программное содержание:

- познакомить детей с выполнением упражнений в ролях;
- научить детей ходить по гимнастической скамейке на высоких четвереньках;
- упражнять в прыжках в длину с места с активным взмахом рук;
- закрепить умение ловить мяч и бросать мяч, координируя направление и силу броска;
- воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности.

Оборудование: кегли – 8 шт., скамейка, шнуры – 2шт., мяч

Вводная часть (2минуты)

Детям показывают игрушку-кота «Посмотрите, кто к нам в гости пришел. Здравствуйте, ребята! Я – кот Василий. И сегодня я хочу с вами поиграть. Давайте вы все будете мышками. Мы с вами пойдем на прогулку и немножко поиграем».

- построение в колонну «В одну колонну друг за другом – становись!»
 - ходьба обычная «Шагом – марш! Голова и спинка прямо, смотрим вперед, идем ровно с пятки на носок, ноги поднимаем, живот подтянут, руки работают вперед-назад, дышим ровно. Молодцы, очень красиво умеете ходить».
 - на носках «А теперь пойдем на носках. Ноги прямые, руки на поясе, голова приподнята, смотрим вперед, шаги короткие, спина прямая, пятка не касается пола, прямо как у кошечек»;
 - с высоким подниманием бедра «А еще я люблю ходить в цирк, и там лошадки тоже умеют красиво ходить. Давайте пойдем как лошадки. Спина прямая, голова приподнята, нога поднимается вверх не высоко, шаг короткий, носочек оттягиваем вниз, а опускаем на всю стопу»);
 - «змейкой», огибая предметы «Ого! Какая дорожка извилистая. Внимательно, не отставайте.
 - бег по кругу «Идем – идем и никак не придем. Догоняйте, ребята. Туловище и голова слегка наклонены, смотрим вперед, ноги поднимаются, руки работают вперед-вверх, пальцы согнуты в кулачок»);
 - «змейкой» «И снова такая дорожка извилистая. Не отставайте от меня. Туловище и голова слегка наклонены, смотрим вперед, руки работают вперед-вверх, пальцы согнуты в кулачок, бежим друг за другом, огибая кегли»
- «Ох, устал немножко, переходим на ходьбу. Голова и спинка прямо, смотрим вперед, идем ровно с пятки на носок, ноги поднимаем, живот подтянут, руки работают вперед-назад, дышим ровно»
- «Ну, что мышки, не устали? Давайте немножко отдохнем и поиграем»

Основная часть (11 минут)

Общеразвивающие упражнения (4минуты)

«Мышки играют в своих норках»

1)

- И.п. лежа на животе, упор руками. «Ну-ка, мышки, давайте поиграем. Ложимся на пол на живот, руками упираемся в пол.»)

В.: 1-4 – разгибание руки в упоре, повороты головы направо-налево («Поднимаемся и выпрямляем руки, поворачиваем голову вправо и влево, выпрямляем руки до конца»);

5 -6 – и.п.

Повторить: 4 раза.

2)

В.: ползание по полу на четвереньках с поворотами головы вправо, влево («А теперь мышки поползли по своей норке на четвереньках и снова поворачиваем голову вправо и влево»)

Повторить: 20сек.

3)

И.п.: лежа на спине. «Устали мышки и легли отдохнуть. Легли на спину и болтаем руками и ногами»

В.: 1-4 – беспорядочные движения ногами и руками;
5-6 – и.п.

Повторить: 3 раза.

4)

И.п.: лежа на животе. «Повернулись на живот. Молодцы! А теперь снова на спину.»

В.: 1-3 – поворот на спину, затем на живот «Ноги не разводите»
4 – и.п.

Повторить: 4 раза.

Основные движения. (4 минуты)

- ходьба по гимнастической скамейке на четвереньках – «как мыши» («Опираемся на всю ладонь, пальцы расставлены, спинку держим ровно, глазки смотрят вперед»);

- прыжки в длину с места через 2 линии – «через ручеек» расстояние 15-20см («Присесть с замахом рук назад; отталкиваться двумя ногами с взмахом рук вперед-вверх; приземляться, мягко пружиня ноги с выставлением рук вперед»);

- ловля мяча, брошенного педагогом и бросок обратно «Ловим мяч «чашечкой», не прижимая к груди. Бросаем мяч двумя руками снизу вверх перед собой. Смотрим на мяч».

Подвижная игра «Кот и мыши» (3 минут)

Цель: Приучать детей бегать легко на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве. Менять движения по сигналу воспитателя.

Дети сидят. Это мыши в норках. На противоположной стороне сидит кот. Кот «засыпает», а мыши разбегаются по всей комнате – «Кот спит!». Но вот кот «просыпается», потягивается, мяукает и начинает ловить мышей – «Кот проснулся!». Мыши быстро убегают и прячутся в норках. Пойманных мышей кот уводит к себе.

Заключительная часть (2 минуты)

- обычная ходьба по кругу «Голова и спинка прямо, смотрим вперед, идем ровно с пятки на носок, ноги поднимаем, живот подтянут, руки работают вперед-назад, дышим ровно»

- построение «Построились! Молодцы!»