

МБДОУ детский сад №7 «Ягодка»

**Занятие по физической культуре
"В гости к солнышку" в первой младшей группе**

Воспитатель: Гришина Е.В.

Ноябрь 2022

Цель:

- создать положительный эмоциональный настрой. Вызвать удовольствие от совместных действий со взрослыми.

Задачи:

- Совершенствовать детей в ходьбе и в беге друг за другом со сменой направления.
- Развивать умение ориентироваться в пространстве, координацию движений, равновесие.
- Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- Упражнять детей в правильном дыхании.
- Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке и в перешагивании через препятствия (кубики).
- Воспитывать дружеские взаимоотношения, организованность, умение слышать и реагировать на сигнал.

Оборудование: по 2 ленты для каждого ребёнка, гимнастическая скамейка, кубики (сугробы), солнышко, игрушка зайчик, массажные коврики.

Предварительная работа: чтение стихотворений «Смотрит солнышко в окошко», «Солнышко - ведрышко», физкультминутка «Я на солнышке лежу», п/игры: «Солнечный зайчик», «Солнышко и дождик», рассматривание солнышка на картине, наблюдение солнышка из окна.

Ход занятия.

Организационный момент.

Чтение стихотворения «Смотрит солнышко в окошко» А. Барто - пальчиковая гимнастика.

Смотрит солнышко в окошко (сжимаем кулачки).

Смотрит в нашу комнату (разжимаем кулачки).

Мы хлопаем в ладошки (хлопаем в ладошки).

Очень рады солнышку (хлопаем в ладошки).

Воспитатель: Ребята, сейчас мы пойдём в гости, а куда вы узнаете, отгадав загадку.

Круглое, тёплое,

Красивое, доброе,

Всем светит,

Всем греет,

Всех веселит,

Всем здоровье дарит.

Дети. Солнышко.

Воспитатель: Правильно, пойдём в гости к солнышку. «Раз, два, три, четыре, пять – в лес отправимся гулять».

(Звучит аудиозапись с голосами птиц, журчанием ручейка).

Воспитатель: Ребятки, где мы с вами?

Дети: В лесу.

Воспитатель: Да, ребятки, мы пришли в лес. А вы слышите, кто-то под кустиком плачет?

Дети: Заяц (появляется игрушка зайчонка).

Воспитатель: От чего ты, зайнышка, плачешь, от чего беленький горюешь?

Заяц: Я потерял свою маму в лесу и зову её АУ-АУ, а она не отвечает.

Воспитатель: Ребята, поможем зайчонку найти свою маму. Давайте возьмём его с собой.

По дорожке мы шагаем (дети друг за другом идут за воспитателем (30секунд). Воспитатель идёт спиной вперёд и несёт в руке Зайчонка и предлагает смотреть на него - формирование правильной осанки).

Выше ноги поднимаем (ходьба с подниманием ног.)

Через лужу, ручеек прыг - скок, прыг - скок (прыжки с продвижением вперёд).

Мы по камушкам идём, и совсем не устаём (корректирующая ходьба по массажным дорожкам, упражнение на профилактику плоскостопия).

Ну, а если не устали (бег друг за другом). Быстро - быстро побежали (дети пришли к солнышку).

Воспитатель:

Выглянуло солнышко

И зовёт гулять

Как приятно с солнышком

Вместе нам шагать

Вот как мы шагаем

Вот как мы умеем (в другую сторону повернулись и на носочках пошли)

Топ-топ-топ-топ

Вот как мы шагаем

Вот как мы умеем.

Бег и спокойная ходьба.

Воспитатель: ребята, посмотрите солнышко подарило нам свои лучики.

Основная часть.

Общеразвивающие упражнения с лентами.

«Поиграем с лучиками».

1.И. п: стоя, ноги несколько расставить руки внизу.

Выполнение: взмахнуть лентой вверх посмотрели на них и опустили вниз (3-4р.).

2.И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки за спину.

Выполнение: наклониться вперёд, показать лучики, вернуться в исходное положение. (3-4р.)

3.И.п. стоя, руки внизу.

Выполнение: присесть, обхватить руками колени, выпрямиться (3-4р.)

4.Прыжки на месте на двух ногах(10-15с.), после 6-8 прыжков походить и повторить прыжки.

Ходьба друг за другом. Положить ленты.

Воспитатель: Ребята, а теперь пора возвращаться домой, но, чтобы вернуться домой надо пройти препятствия (физкультминутка «Я на солнышке лежу»).

ОВД.

1.Ходьба по гимнастической скамейке.

Выполнение: руки в стороны, смотреть вперёд. Дети выполняют задание друг за другом. В конце скамейки спокойно сойти.

2.Перешагивание через препятствия (кубики).

Подвижные игры: «Солнечный зайчик», «Солнышко и дождик».

Упражнение на дыхание: «Здравствуй солнышко». Спокойная ходьба за воспитателем

Весело вы играли с лучиками, вот и не заметили, как вернулись домой.