КОНСПЕКТ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ:

**«ВЕСЕННИЕ ЛУЖИЦЫ»**

Вторая младшая группа

**Программное содержание:**

* Создать условия для комфортной двигательной активности детей,
* Побуждать к движениям, действиям, направленным на совершенствование двигательных навыков.
* Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в ходьбе на носочках.
* Учить детей бросать шарик на дальность правой и левой рукой, быстро реагировать на сигнал.
* Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по скамейке.
* Развивать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
* Развивать ловкость, находчивость, умение действовать по команде.
* Формировать умение делать плавный и длительный выдох. Обогащать словарный запас детей.
* Воспитывать смелость, самостоятельность, инициативу, положительное отношение к движениям.
* Обогащать словарный запас детей.

**Материалы:**

* Стулья.
* Шарики белого цвета по количеству детей.
* Гимнастическая скамейка.
* Мат.
* Лента синего цвета 3м.
* Снежинки вырезанные из бумаги.
* Прикрепленные на ниточках к обручу.

**Предварительная работа:**

Подвижные игры: «Снежинки и ветер», «По снежному мостику», «Снежная карусель», «Берегись, заморожу!», беседа о зимних забавах с использованием сюжетных картинок, прогулки.

**Ход занятия:**

**Ведущий:** На улице сегодня прекрасная погода. Я предлагаю вам пойти погулять.

На дворе мороз и ветер,

На дворе гуляют дети.

Ручки, ручки потирают,

Ручки, ручки согревают.

Не замерзнут ручки-крошки,

Мы похлопаем в ладошки.

Вот как хлопать мы умеем,

Вот как ручки мы согреем.

Чтоб не зябли наши ножки,

Мы потопаем немножко.

Вот как топать мы умеем,

Вот как ножки мы согреем.

Ходьба и бег вокруг стульев чередуется. Стулья заранее расставлены посредине зала в шахматном порядке. Впереди большой стул для воспитателя. Ходьба на носочках. Ходьба. По сигналу воспитателя дети садятся на ближайший стул.

**Общеразвивающие упражнения (на стуле).**

a) И.п.: сидя на стуле, руки спрятать за спину. «Дети сели на санки». Показать руки воспитателю, протянуть их вперед – «показать варежки» и снова спрятать. (4 раза)

b) И.п.: стоя сбоку стула, поднять руки вверх, наклониться вперед, коснуться ладонями сиденья – «проверить исправность санок», выпрямиться. (4 раза)

c) И.п.: сидя на стуле, держаться обеими руками за сиденье. Поднять ноги вперед – «скатимся на санках с горы», опустить.(4-5 раз)

d) И.п.: стоя за стулом, держаться руками за спинку стула. Присесть, держась за спинку стула, и выпрямиться – «спрятались и показались» (4 раза)

e) Поскоки на двух ногах, стоя за спинкой стула – «попрыгунчики возле санок» (20 с).

**Ходьба за воспитателем вокруг стульев. Поставить стулья на место.**

Основные виды движений.

1. «Пройдем по снежному мостику». Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны (2-3 раза). Воспитатель страхует детей, помогает детям, которые боятся, следит за тем, чтобы не спрыгивали, а спокойно сходили со скамейки.

2. «Давайте поиграем в снежки». Метание шариков на дальность правой и левой рукой. Дети выполняют упражнение одновременно всей подгруппой по 3 – 4 раза каждой рукой. Можно указать ориентир (белая ленточка) от которого надо начинать бросок.

**П/и «Зима пришла!»** **Ведущий**: «Сегодня тепло, солнышко светит, идите гулять!» Дети выбегают и разбегаются по залу. На сигнал: «Зима пришла, холодно! Скорее домой!» - все бегут на свои места.(2 раза)

**Ведущий:** Спокойная ходьба за воспитателем.

Мы шагаем по сугробам,

По сугробам крутолобым.

Поднимай повыше ногу,

Проложи другим дорогу.

Очень долго мы шагали

Наши ноженьки устали.

Сейчас сядем, отдохнем,

А потом гулять пойдем.

**Дыхательное упражнение «Снежинки».** Дети делают плавный и длительный выдох.