**Конспект занятия по физической культуре**

**Тема:** «Прогулка с зайкой»

**Возраст обучающихся:** Для детей дошкольного возраста 1,6-2 года.

**Цель**:

Создать у детей радостное и веселое настроение, приобщить к здоровому образу жизни через физические упражнения.

**Задачи:**

**Развивающие:**

• Способствовать формированию начальных представлений о здоровом образе жизни;

• Формировать желание вести здоровый образ жизни;

• Сохранять и укреплять физическое здоровье детей;

**Образовательные:**

• Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания по указанию воспитателя;

• Закреплять умения ползать на четвереньках;

**Воспитательные:**

• Воспитывать интерес к физическим упражнениям;

• Воспитывать умение играть вместе; дружеские чувства, положительные эмоций;

**Оборудование:** письмо, игрушка «заяц»,

гимнастическая палка, воротца, кубики, канат.

**Ход занятия:**

Воспитатель находит письмо и читает его детям:

«К нам в детский сад пришло письмо,

Очень странное оно

Давайте узнаем, кто его написал.

*Воспитатель открывает конверт*.

**Воспитатель:** Это письмо нам прислал Зайчик, он зовет нас с ним погулять, пойдем с ним?

**Дети**: Да!

Ходьба.

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке,

В лесок шагают ножки.

Раз – два, раз – два.

(обычная ходьба.)

*Воспитатель вносит игрушку зайчика.*

**Воспитатель:** Ребята давайте научим зайчика делать зарядку, а он посидит и посмотрит на нас!

ОРУ:

**1упр.** «В лесу деревья большие». И. п. – стоя ноги на ширине стопы, руки вдоль туловища. Поднять руки вверх – вот какие деревья, вернуться в исходное п. (4 раза)

**2 упр.** «Как ветер деревья качает» И.п.- стоя ноги на ширине стопы, руки вдоль туловища. Поднять руки вверх и раскачивать ими влево вправо п.4 раза; **3упр**.«Ежики» И.п.- стоя ноги и руки перед собой, приседания. Показываем как ежики прячутся в клубок.п4 раза.

**4 упр.** «Ищем зайца» И.п.- стоя ноги на ширине стопы, руки на поясе. Повороты туловища в разные стороны. п 4 раза.

5 упр. «Попрыгаем как зайчики». И.п - стоя ноги вместе, руки на поясе, прыжки на двух ногах. П.4 раза.

**Воспитатель:** Зарядку мы с вами сделали, идем дальше гулять!

**Воспитатель:** «Посмотрите ребята - это мишка бревна раскидал, надо их нам перешагнуть» - дети перешагивают через бревна. (Гимнастические палки)

«А теперь перепрыгнем через кочки.

Молодцы ребята!

Посмотрите, впереди у нас дерево упало, надо через него проползти» - дети проползают на четвереньках под дугой.

Вот и речка на пути, надо речку перейти по мостику.

А Зайка убежал вперед и за мостиком нас ждет! – дети идут друг за другом между двух канатов.

*Ну вот догнали зайчика, давайте с ним поиграем!*

**П/И** «Зайка серенький сидит»

Зайка серенький сидит и ушами шевелит.

Вот так, вот так - и ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть.

Вот так, вот так. Зайке холодно стоять,

Нужно зайке поскакать.

Прыг-скок, прыг-скок. Нужно зайке поскакать.

Зайку кто-то испугал, зайка прыг, - и ускакал!

**(заключительная часть)**

**Воспитатель:** Кажется, дождик сильный начинается, нам пора в садик возвращаться. До свидания, зайчик, спасибо за интересную прогулку!

(Спокойная ходьба).