Занятие по физической культуре в группе раннего возраста

«В гости к зайке»

Цель: Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.

Задачи:  
– Закреплять умение организованно перемещаться в определенном направлении с ускорением и замедлением темпа.  
– Закрепить прыжки на двух ногах, упражнять в ползание на четвереньках, перешагивать через модули, подлезать под дугу,

– Воспитывать любовь к физической культуре и способность испытывать радость от совместных занятий.  
 Ход занятия

Вводная часть

Воспитатель: Ребята, посмотрите, у нас сегодня гости, они рады вас видеть, они вам улыбаются. Давайте и мы подарим нашим гостям свои улыбки и поздороваемся с ними.

Сегодня к нам в детский сад пришло письмо, интересно, кто же его нам прислал (воспитатель читает письмо)

Воспитатель: дорогие ребята, приглашаю вас к себе в гости, подпись – заяц. Ребята отправимся в гости к зайке?

Дети: да!

Воспитатель: В лес с ребятками пойдем, к зайке в гости мы придём. По тропинке по лесной все шагайте вы за мной. Дружно, весело шагайте голову не опускайте. (Обычная ходьба). На носочки мы встаем, тихо, медленно идем. (Ходьба на носках). Вот тропинка впереди, наши детки не устали, в чащу леса побежали, бежать придётся далеко, добираться нам очень нелегко. (Легкий бег). А теперь идём по кругу (обычная ходьба), улыбаемся друг другу. Сейчас мы медленно остановимся (остановились)Воспитатель: ребята, посмотрите, мишка грустный сидит, что же у него случилось? Мишка, почему ты грустишь?  
Медведь: я проснулся, хотел сделать зарядку, но я не умею..

Основная часть

Воспитатель: ребята, давайте научим мишку делать зарядку. Берите листочки и вставайте

«Покажи листочек»

И. п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки с листочки опущены вдоль туловища.

Поднять руки вверх, показать , вернуться в и. п. Повторить 3 раза.

 «Положи листочки»

И. п: стоя, ноги на ширине плеч, руки вверху. Присесть, положить листочки, выпрямиться, потом снова наклониться. Взять листочки поднять вверх. Повторить 3—4 раза.

 «Дотянись»

И.п. — сидя на полу, ноги прямо, руки с листочками в стороны. Наклониться вперед, коснуться листочками пальцев ног, вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза.

«Попрыгай»

И. п. — ноги слегка расставлены, руки с листочками вверх.

Прыжки на двух ногах на месте, чередуя с ходьбой. Повторить 4—5 раз.

(Дети складывают листочки в коробку)

Медведь: спасибо, ребята! До свидания, ребята!  
Воспитатель: До свидания! А сейчас, ребята, мы отправляемся дальше в путь.

Посмотрите, на нашем пути различные препятствия

Воспитатель:  
1. Наше первое препятствие – ручеёк. Через него нужно перепрыгнуть, не замочив ноги (прыжок с места на двух ногах).  
2. На нашем пути лежат брёвна, через них нужно перешагнуть (дети перешагивают через модули).  
3. Смотрите, на дороге разбросаны большие камни, давайте возьмём их двумя руками и бросим их в яму. (дети бросают «камни» (мячи) в «яму» (коробку)).  
4. Ещё одно препятствие. Нам преградил дорогу большой паучок. Чтобы продолжить путь, надо проползти под его лапками (дети проползают под дугами).  
Воспитатель:  Зайка к нам навстречу скачет.  
 *.*  
Зайка: Здравствуйте, ребята, я вас ждал. Я рад вас видеть! Ещё я хочу с вами поиграть. Поиграете со мной?  
Подвижная игра «Побежали зайки»  
По лесной полянке  
Побежали зайки *(прыгают)*  
Вот какие зайки!  
Зайки-побегайки!  
Сели заиньки в кружок  
Лапкой роют корешок *(присаживаемся и делаем вид, что роем)*  
Вот какие зайки!  
Зайки-побегайки!  
Вот бежит лисичка,  
Рыжая сестричка *(выходит Лисичка)*  
Ищет где же зайки?  
Зайки-побегайки! *(Лисичка догоняет детей, дети прячутся за ёлки(стулья))*

Воспитатель: Ой, ребята посмотрите пока мы добирались к зайчику и испачкали наши ладошки, давайте сдуем грязь с ладошек (приготовили ладошки, набрали воздуха и дуем на ладошки, а теперь еще раз наберем полной грудью много-много воздуха и дуем на ладошки). *Дыхательное упражнение “Чистые ладошки” (дети делают плавный вдох и длительный выдох).* Заключительная часть

Воспитатель: Зайка, до тебя трудно было добраться. На нашем пути были сложные препятствия, но мы их все преодолели. И мы принесли тебе угощенье.  
Зайка: Ой, ребята молодцы,  
Поиграли от души.  
А за то, что вы не испугались,  
Ко мне в лес пришли,  
Я приготовил вам сюрприз – медали, раскраски.