**бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Сокольского муниципального округа**

**«Детский сад общеразвивающего вида № 33»**

# Конспект ОД по физическому развитию во второй младшей группе

**«Путешествие в лес к медведю»**

**Подготовила воспитатель:**

**Виноградова Л.Ю.**

**Цель:** сохранение и укрепление физического и эмоционального здоровья детей в двигательной активности.

**Задачи:**

**Оздоровительные:**

* Способствовать развитию основных качеств ловкости, быстроты реакции, выносливости.
* Укреплять дыхательную систему.
* Способствовать формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия.

**Образовательные:**

* Закреплять умение детей выполнять основные движения: ходьба, бег змейкой вокруг предметов «конусы», прыжки, с выполнением заданий.
* Упражнять в подтягивании по гимнастической скамейке с помощью рук.
* Упражнять в подлезании с опорой на колени и ладони под дуги.
* Обучать прыжкам на двух ногах из обруча в обруч.

**Развивающие:**

* Развивать ловкость, координацию движений, физиологическое дыхание.
* Развивать внимание, умение быстро ориентироваться в пространстве.
* Формировать чувство уверенности в преодолении препятствий.
* Расширять, обогащать знания о диких животных леса и их детёнышей.

**Воспитательные:**

* Воспитывать умение внимательно слушать инструкции воспитателя и выполнять их.
* Воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности.
* Вызвать у детей эмоциональный отклик на участие в игровом занятии.

# Методы и приемы:

*практические:* выполнение упражнений, п/и «У медведя во бору», игра малой подвижности ««Дикие животные и их детёныши».

*наглядные:* показ способов выполнения движений воспитателем.

*словесные*: объяснения, указания, отгадывание загадки, проговаривание заданий и сопровождение его с выполнением движений.

**Предварительная работа:** рассказ воспитателя о жизни лесных обитателей зимой и весной, разучивание подвижных игр.

**Материалы и оборудование:** гимнастическая скамейка, ребристая дорожка, конусы, две дуги, три обруча, мяч для игры, игрушка-заяц, медведь, лиса, ёж, волк, белка, костюм медведя для воспитателя, шапочка-медведь для ребёнка.

# Ход занятия:

1. **Вводная часть.**

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите у нас сегодня гости, они рады вас видеть.

«Давайте поздороваемся с нашими гостями!».

-Здравствуйте! Сегодня у нас с вами необычное занятие. Мы с вами отправимся в гости к лесному жителю, а к кому именно-отгадайте загадку.

Косолапый и большой, Спит в берлоге он зимой. Любит малину, любит мёд, Ну-ка, кто же назовёт?

**Дети:** Медведь.

**Воспитатель:** Ребята, а где живёт медведь?

**Дети:** В берлоге.

**Воспитатель:** Я приглашаю отправиться к медведю в гости. А вы готовы преодолеть трудную лесную дорогу?

**Дети:** Да!

*Воспитатель приглашает детей отправиться на прогулку в лес по дорожке. Обращает внимание детей на то, что дорога не простая и по ней нужно идти друг за другом.*

# Основная часть.

Раз, два, три, четыре, пять -

Вместе мы идем гулять. *(ходьба в колонне по одному)*. Выше ножки поднимаем,

Камушки переступаем. *(ходьба с высоким подниманием бедра)*

Здесь пройдемся на носочках *(ходьба на носках, руки тянут вверх)*

И на пяточках немножко. *(ходьба на пятках, руки прячут за спину)*

И бегом по извилистой дорожке,

Бегут наши маленькие ножки. *(бег змейкой вокруг предметов «конусы»)*

Прыг да скок!

Прыг да скок! (*прыжки на двух ногах с продвижением вперед)*

**Воспитатель:** Молодцы! Посмотрите, куда мы пришли.

**Дети:** В лес.

# ОРУ

**Воспитатель:**

На лесной полянке в ряд, Звери делают зарядку.

1. Заяц головой вращает- Мышцы шеи разминает.

Делает старательно каждое движенье,

Очень ему нравится это упражненье.

*И.п.: ноги на широкой дорожке* (*руки на поясе)*

*Вып.: плавные повороты головы вправо, прямо, влево, прямо. (4 раза)*

1. Лиса проснулись, к солнцу потянулись.

*И.п. ноги на широкой дорожке, руки через стороны вверх, на носочках потянуться, вернуться в исходное положение. (4 раза)*

1. Белка шишки собирает В дупло плотно набивает

*И. п. ноги на узкой дорожке, руки согнуты в локтях в груди, пальцы собраны в кулачки.*

*(Поочередно выпрямлять руки вперёд «белочка набивает дупло шишками»). (4 раза)*

1. Серый волк немного сонный, Выполняет он наклоны:

«Ты, волчишка, не ленись!» Вправо, влево наклонись.

*И. п. – ноги на широкой дорожке, руки на поясе.*

*Наклон вправо-прямо, влево-прямо. (по 3 раза в каждую сторону)*

1. Медвежонок приседает, От пола пятки отрывает,

Спинку держит прямо-прямо! Так учила его мама.

*И. п.: ноги на узкой дорожке*, *руки внизу.*

*1-присесть, спина прямая, ладошки положить на пол, вернуться в и. п. (4 раза)*

1. Ёж в клубок свернулся, В руки взяться не даётся.

*И. п. ноги на узкой дорожке, присесть, обхватить руками ноги, голову прижать к коленям.*

1. Птицы высоко летали, *(дети бегают)*

Птицы крыльями махали, *(дети машут руками)*

А теперь они спустились *(приседают)*

У них крылышки сложились. *(прячут руки внизу)*

# Дыхательная гимнастика

**Воспитатель:** Давайте, подышим лесным воздухом.

*И. п. ноги на узкой дорожке*

*1-2 – подняться на носки, руки через стороны вверх, вдох через нос;*

*3-4 – и. п., опустили руки вниз, выдох через рот. (2-3раза).*

# ОВД.

**Воспитатель:** Что ж, ребята, молодцы! Вот мы и добрались до самой чащи леса.

Чтобы добраться до медведя нам надо преодолеть полосу препятствий:

1. Песок и камни на дороге,

немножко пощекочут ноги. *(Ходьба по ребристой дорожке, руки на бочок)*

1. Нужно перебраться через болото, для этого мы будем

прыгать с кочки на кочку. *(Прыжки на двух ногах с обруч в обруч)*

1. Ой, тут преграда на пути.

Тут нам надо проползти. *(Подтягивании по гимнастической скамейке с помощью рук)*

1. Ребята, к медведю берлоги не пройти, Поваленные деревья лежат на пути.

Сейчас мы под ними проползём. *(Ползание с опорой на ладони и колени под дугой)*

**Воспитатель:** Вот мы и добрались до берлоги Медведя. Давайте, поздороваемся с медведем.

Здравствуй, Миша.

**Медведь:** Здравствуйте, дети.

**Воспитатель:** Миша, почему ты такой грустный?

**Медведь:** Я хотел с вами поиграть, но не умею.

**Воспитатель:** Дети, научим Мишу играть?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Иди к нам.

# Подвижная игра «У медведя во бору»

**Цель:** закрепить умения действовать по сигналу, быстро и ловко двигаться.

**Правила:** Из детей выбирается медведь. Дети стоят в кругу – в центре

«медведь» взрослый или ребенок.

Дети выходят из своих домиков и медленно приближаются к медведю со словами:

# У медведя во бору Грибы, ягоды беру, А медведь сидит

**И на нас рычит.**

*Пока дети читают текст, они изображают, как собирают грибы и ягоды и складывают их в корзину.*

Как только произносят слово «рычит», медведь с рычанием встает, а дети бегут домой. Медведь старается их поймать *(коснуться).* Дети убегают в свой домик, где медведь их уже не может ловить.

Выбирается новый медведь, и игра повторяется.

# Правила

1. Двигаться по всей площадке, но не убегать за ее пределы.
2. Нельзя отталкивать медведя, если он поймал ребёнка.

**Медведь:** Ох, какие вы быстрые, никого не догнал, только запыхался, ух! Как мне понравилось с вами играть!

Спасибо ребята, что пришли ко мне в гости, я вас хочу угостить сладким и гостинцами. *(медведь отдает тарелку с угощениями воспитателю)* **Воспитатель:** До свидания Миша.

**Медведь:** До свидания.

# Заключительная часть.

**Воспитатель:** Каких лесных жителей мы встретили в лесу?

**Дети:** заяц, волк, белка, ёж, медведь, лиса.

**Игра малой подвижности «Дикие животные и их детёныши» Цель:** закрепление в речи детей названии детёнышей животных.

**Воспитатель:** Я буду называть животное *(бросает мяч ребенку),* которое мы встретили в лесу, а ребёнок, бросая мяч обратно, называет детёныша этого животного.

Белка – бельчонок. Волк – волчонок.

Медведь – медвежонок. Заяц – зайчонок.

Лиса – лисёнок. Ёж – ежонок.

**Воспитатель:** Молодцы, ребята!