**[Конспект ООД по физической культуре](https://www.maam.ru/obrazovanie/konspekty-zanyatij" \o "Конспекты занятий. Все конспекты) во 2 младшей группе**

**Тема: «Путешествие в страну здоровья»**

**Цель:** Формировать потребность заботиться о своем здоровье.

**Задачи:**Закрепить умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, умение ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие;

умение прыгать с места в длину, отталкиваясь носками и мягко приземляться. Развивать двигательную активность, скорость ловкость, гибкость силу. Воспитывать положительное отношение к физической культуре.

**Материал:**гимнастическая скамейка, кегли, погремушки по количеству детей.

**Ход ООД.**

**Воспитатель:** Ребята, сегодня я вас приглашаю в путешествие в страну здоровья. В этой стране живут здоровые дети, которые каждый день делают утреннюю зарядку, утром и вечером чистят зубки, гуляют на улице, едят полезные продукты. Они занимаются физкультурой. У них всегда хорошее настроение.

Вы готовы со мной путешествовать?

**Дети:** Да! Согласны!

**Воспитатель:**Путь туда не простой, на пути нас ждут большие испытания, много препятствий. Справитесь? Тогда отправляемся! Шагом марш!

- Обычная ходьба.

- Ходьба на носках.

- Ходьба на пятках.

- Ходьба с высоким подниманием колен.

- Легкий бег.

**Воспитатель:** встали в груг .

*ОРУ (с погремушками).*

**Воспитатель:**Тот, кто хочет в страну здоровья попасть, вначале должен размяться с погремушками.

1. «Погремушки вверх». И. п: ноги на ширине плеч, руки опущены, погремушки в обеих руках;1-руки через стороны вверх, потянуться. 2-и. п. 3- потянуться, 4- и. п. Повторить - 3 раза.

2. «Ты на погремушки посмотри, но их не урони». И. п: ноги на ширине

плеч, руки вперед, погремушки в руках; 1-повернуть руки в правую сторону, 2-и. п. 3-тоже в левую сторону повернуть руки ; 4- и. п. Повторить 3 раза.

3. «Погремушки на пол положи, а потом их возьми». И. п: широкая стойка, погремушки в обеих руках; 1-наклониться, положить погремушки на пол; 2- и. п; 3-наклониться, взять погремушки с пола, 4-и. п. Повторить 3 раза.

4. «Поиграем погремушками». И. п. стоя, погремушки внизу в руках. 1,2,3,4 – играем в погремушки, 5 – спрятали погремушки за спину. Повторить 3 раза.

**Воспитатель:** Вот, дети, мы и размялись. Построились все за мной! Шагом марш за мной по кругу! *(дети проходят по кругу.)*

Вот, дети, мы и пришли в страну здоровья! Все жители этой страны для того, чтобы не болеть много занимаются физкультурой и играют в подвижные игры. Хотите тоже позаниматься?

**Дети:** Хотим!

*ОВД*

1. Вы должны пройти по узкой дорожке *(Ходьба по скамейке, руки в стороны).*

2. Пройти между елочек. *(Ходьба между кеглей).*

3. Перепрыгнуть с кочки на кочку. *(Прыжки с места в длину)*

**Воспитатель: А** еще жители страны здоровья любят играть. Давайте тоже поиграем.

*Подвижная игра: «Солнышко и дождик»*

*Игра малой подвижности «Пузырь»*

**Воспитатель:**Дети, вот и пришло время нам возвращаться в детский сад. Вокруг себя повернитесь и в детском саду очутитесь.