

Департамент образования Администрации города Тюмени

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 89 города Тюмени

(МАОУ СОШ № 89 города Тюмени)

Конспект НОД по физической культуре «Путешествие в лес»

для детей 2 младшей группы

Инструктор по физической культуре

Королева В.Ю.

Тюмень 2024г.

**Задачи:** Образовательные:

1. Закреплять основные виды движений в игровой форме (лазанье под дугу, сохранение равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке);
2. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному.

Развивающие:

1. Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, внимание, ловкость;

2. Упражнять детей в правильном дыхании.

Воспитательные:

1. Воспитывать интерес к физическим упражнениям и желание заниматься.

**Ход НОД**

*Вход под музыку в шеренгу*

**Инструктор: Здравствуйте ребята!**

**Дети: Здравствуйте!**

**Инструктор:** у нас сегодня много гостей. Давайте мы их поприветствуем не только словами, но и жестами. Левой рукой мы машем и говорим: «Здравствуйте!». Правой пожимаем руку друг другу и произносим «Доброе утро».

*на экране картина зайчик с письмом*.

**Инструктор:** Ребята, нам пришло какое-то письмо. Интересно от кого оно? *(голос зайки)*

Инструктор: пойдемте в гости в зайке играть!

**Дети:** Да!

**Инструктор:** Отправляемся в путь*. (спокойная музыка)*

1. ***Вводная часть:***

Марш;

Ходьба на носочках;

Марш;

Ходьба на пяточках;

Марш;

Бег в колонне по одному и врассыпную.

Марш, восстановление дыхания.

*На экране картинка ранняя весна*

**Инструктор:** Вот мы пришли на поляну посмотрите совсем скоро наступит весна, но снег ещё не растаял. Ребята, найдите себе снежок и встанет на него. Давайте здесь остановимся, поиграем.

1. ***Основная часть (ОРУ)*** *(Музыка)*
2. И.п. – ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Хлопок в ладоши перед собой, опустить руки, вернуться в исходное положение (3-4 р)
3. И.п. – ноги на ширине ступни, руки на пояс. Присесть, хлопнуть в ладоши перед собой; вернуться в и.п.
4. И.п. – ноги на ширине плеч, руки за спиной. Наклон вперед, хлопнуть в ладоши; выпрямиться , вернуться в и.п.
5. И.п. – ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Поворот вправо (влево), хлопнуть в ладоши; вернуться в и.п.
6. И.п. – ноги слегка расставлены, руки произвольно. Прыжки на двух ногах.
7. Дыхательная гимнастика *(дует ветер высоко, дует ветер низко, дует ветер близко)*

**Инструктор:** А теперь пойдем дальше. Нам же нужно зайку найти.

*На экране картина ручейка*

**Инструктор:** Впереди ручеёк, нам нужно перейти его через мостик.

***Основной вид движения (музыка)***

1. «Пойдем по мостику»

(ходьба по гимнастической скамейке)

**Инструктор:** Молодцы ребята.

*(Картинка деревья с большими ветками зимняя)*

С этим заданием мы справились, прошли через ручеёк по мостику. Теперь идем дальше, перед нами деревья, а ветки у них большие и низкие, и нам нужно под ними проползти.

*(музыка)*

1. Ползание с опорой на ладоши и колени (через дуги).

*Инструктор одевает маску зайца и начинает встречать ребят, проползающих через дугу*

**Инструктор (в маске):** здравствуйте ребята, как я рад вас видеть. Я приглашаю вас играть.

**Подвижная игра «Зайка беленький сидит»**

Дети с инструктором произносят стихи и выполняют движения под текст:

Зайка беленький сидит и ушами шевелит, - дети стоят в кругу,

Вот так, вот так он ушами шевелит! – шевелят кистями рук, подняв их к голове.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть – хлопают в ладоши.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать

Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать – прыгают на 2 ногах на месте.

Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал! – инструктор хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.

1. ***Заключительная часть***

Малоподвижная игра **«Весёлый снежок»**

*Дети встают в круг, берутся за руки. В середине круга находится ребёнок со снежком. Дети двигаются в хороводе по кругу, проговаривая текст:*

**Встали дети все в кружок,**

**Увидали мы снежок.**

**Кому дать, кому дать?**

**Кому снежочек передать?**

*Дети останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга. Водящий с снежком в руке указывает на одного из детей, говорит, кому он даёт снежок. Он водящий.*

**Инструктор**: Как здорово мы поиграли, спасибо что пришли ко мне. А мне пора до свидания детвора.

**Инструктор:** А сейчас нам пора домой. Давайте попрощаемся с Зайкой. Скажем ему спасибо за приглашение в гости.

Дети: Спасибо!

*(Уходят возвращаются в детский сад, музыка)*