

Физкультурное занятие в младшей группе

Воспитатель: Корекова Н. П

Задачи. Упражнять в ходьбе между предметами, беге по одному в колонне; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на носочках; в прыжках.

Вводная часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба на носках, руки поднимают вверх; по сигналу воспитателя ходьба на пяточках, руки на поясе.

Основная часть. Общеразвивающие упражнения.

1. И. п. – ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши над головой; опустить руки, вернуться в исходное положение (4 раза)
2. И. п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. Поворот вправо, руки в стороны; вернуться в исходное положение. То же влево (по 3 раза).
3. И. п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны. Наклон вправо, коснуться ладонью правой ноги, выпрямиться, руки в стороны. То же влево (4–5 раз).
4. И. п. – ноги слегка расставлены, руки произвольно. Прыжок на двух ногах с поворотом вправо, вернуться в исходное положение. То же влево (3–4 раза).

Основные виды движений.

- Прыжки из обруча в обруч.
- «Змейка»

Вдоль противоположных сторон зала лежит по 3-4 обруча на расстоянии 50 см один от другого в шахматном порядке. После показа и объяснения воспитателем задания дети строятся в колонну и выполняют прыжки из обруча в обруч. Дети колонной по одному выполняют ходьбу между предметами (кегли, кубики) поставленными вдоль зала, расстояние между ними 1 м.

П/и: «Кот и мышки»

Заключительная часть: Ходьба в колонне по одному.