

Конспект НОД по физическому развитию во второй младшей группе «Путешествие в лес к медведю»

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, изучение 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!».

-Здравствуйтесь! 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.

2. 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 движение,

Очень ему нравится это упражнение.

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

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

2. Лиса проснулась,
к солнцу потянулись.

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

3. 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)

4. 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)

5. 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)

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

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

7. 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)*

2. Нужно перебраться через болото,
для этого мы будем
прыгать с кочки на кочку. *(Прыжки на двух ногах с обруч в обруч)*

3. Ой, тут преграда на пути.
Тут нам надо проползти. *(Подтягивании по гимнастической скамейке с помощью рук)*

4. 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.

3. 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 названий 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!