**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №22 комбинированного вида»**

**Конспект занятия**

 **по ОО «Физическое развитие»**

**на тему:**

 *«Лазание под дугу»*

 (для детей младшей группы)

 Выполнила инструктор

 по физической культуре:

 Назарова Е.Н.

**Саранск, 2020**

Цель: Упражнять в лазании под дугу (высота 50 см)

Задачи:

1. Продолжать упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу инструктора.

2. Учить в лазании под дугу (высота 50 см)

3. Закрепить в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.

Материал и оборудование: дуга,гимнастическая скамейка, кубики, музыкальное сопровождение.

Ход занятия:

I часть. часть.Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого ребенка). Выполняется ходьба по кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега вокруг кубиков.

II часть. Общеразвивающие упражнениия.

1. И. п. – ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Поднять руки в стороны, помахать кистями, опустить руки, вернуться в исходное положение (5 раз).

2. И. п. – ноги на ширине ступни, руки за спиной. Присесть, вынести руки вперед, подняться,вернуться в исходное положение (4–5 раз).

3. И. п. – стойка на коленях, руки на поясе. Наклониться вправо (влево), выпрямиться,

вернуться в исходное положение (по 3 раза).

4. И. п. – лежа на спине. Попеременное сгибание и разгибание ног – «велосипед» (между серией движений ногами небольшая пауза).

5. И. п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (кругом), в чередовании с ходьбой на месте

Основные виды движений.

1. Равновесие «По мостику». По гимнастической скамейке как по «мостику» – ходьба

колонной по одному, свободно балансируя руками, в конце скамейки выполняют шаг вперед вниз (не прыгать). Затем ходьба в конец своей колонны, обходя скамейку с внешней стороны.Страховка инструктора обязательна.

2.Лазание под дугу в группировке «Под дугу». Дуги расставлены двумя параллельными линиями на расстоянии 1 м одна от другой (по 3–4 дуги). Инструктор объясняет задание и показывает на примере одного ребенка: «Подойти к первой дуге, присесть, сгруппироваться «в комочек» и пройти под дугой, не задевая верхний ее край. Выпрямиться и подойти к следующейдуге и т. д. Дети строятся в две колонны и выполняют задание (2 раза).

Подвижная игра «Кот и воробышки».

 «Кот» располагается на одной стороне зала (площадки), а дети-«воробышки» – на другой.Дети-«воробышки» приближаются к «коту» вместе с воспитателем, который произносит:

Котя, котенька, коток,

Котя – черненький хвосток,

Он на бревнышке лежит,

Притворился, будто спит.

На слова «Будто спит», «кот» восклицает: «Мяу!» – и начинает ловить «воробышков»,

которые убегают от него в свой домик (за черту).

III часть. Ходьба в колонне по одному.