**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

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

**Конспект занятия**

**по ОО «Физическое развитие»**

**на тему:**

*«Равновесие»*

(для детей младшей группы)

Выполнила инструктор

по физической культуре:

Назарова Е.Н.

**Саранск, 2020**

Цель: Совершенствовать устойчивое равновесие при ходьбе на гимнастической скамейке.

Задачи:

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

2. Учить в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.

3.Закрепить навыки ползанья .

Материал и оборудование: 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 - весёлая логоритмика

Основные виды движений.

1.Ползание «Медвежата». Дети-«медвежата» располагаются у исходной черты, становятся на четвереньки, с опорой на ладони и стопы. По сигналу инструктора «медвежата» передвигаются на четвереньках в прямом направлении до обозначенных предметов (кубиков). Поднимаются и хлопают в ладоши над головой. Дистанция составляет не более 3 м (2 раза).

2. Равновесие. В колонне по одному дети выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (высота – 25 см) в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2–3 раза). Выполнив упражнение, ребенок должен сойти со скамейки, сделав шаг вперед-вниз. Инструктор напоминает детям, что голову и спину надо держать прямо. Страховка обязательна.

Подвижная игра «Автомобили». Дети берут в руки обручи – «рули автомобилей».

Инструктор поднимает флажок зеленого цвета, и дети выполняют бег по всему залу

(площадке), стараясь не задевать друг друга – «автомобили разъезжаются». Через некоторое время воспитатель поднимает флажок желтого цвета, дети переходят на ходьбу. Ходьба и бег чередуются. В конце игры воспитатель поднимает флажок красного цвета – «автомобили» останавливаются.

III часть. Ходьба в колонне по одному – «автомобили поехали в гараж».