**Конспект физкультурного занятия на воздухе с детьми второй младшей группы**

**Цель**: сохранение и укрепление здоровья дошкольников.  
**Задачи:**  
1. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через препятствие, в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд.  
2. Учить метать 1 рукой в горизонтальную цель.  
3. Развивать умение действовать по сигналу.  
4. Воспитывать дружеские взаимоотношения.  
5. Продолжать знакомить с приметами времени года «лето».

**Ход занятия:**

**I. Вводная часть:**

Построение.  
**Муз.рук:** Здравствуйте, ребята. Какое время года наступило? Верно, лето. Сегодня нас ждут летние приключения в лесу.  
Ходьба, ходьба на носках, руки вверх, ходьба с высоким подниманием колена, руки за спину. Ползание с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Бег в умеренном темпе (30 сек). Ходьба. Построение в два круга вокруг пособий «Солнышко».  
*Мы шагаем по тропинке,  
Солнышко щекочет спинки.  
На траве блестит роса,  
Колени выше раз и два!  
Берёзы ветки опускают,  
Наши детки проползают.  
А на солнечной опушке,  
Бойко прыгают лягушки.  
Друг за другом побежали  
И нисколько не устали.*

**II. Основная часть:**

**Общеразвивающие упражнения с кубиком.**  
1. «Переложи кубик». И.П. стоя, ноги на ширине стопы, руки вдоль туловища, кубик в правой руке. 1 – поднять руки через стороны вверх, 2 – вернуться в И.П. 4 раза.  
2. «Спрячь – покажи». И.П. сидя, ноги на ширине плеч, руки за спину, кубик в правой руке. 1 – наклониться вперёд, положить кубик на пол, 2 – выпрямиться, хлопнуть в ладоши, 3 – наклониться вперёд, взять кубик левой рукой, 4 – вернуться в И.П. 4 раза.  
3. «Вместе с нами приседай». И.П. стоя, ноги на ширине стопы, руки вдоль туловища, кубик в правой руке. 1 – присесть, положить шишку на пол, 2 – выпрямиться, хлопнуть в ладоши над головой. 4 раза.  
4. «Бельчата». И.П. стоя, ноги на ширине стопы, кубик лежит на полу. Прыжки на месте на двух шагах. В чередовании с ходьбой. 2 раза.  
**Дыхательное упражнение – «подуй на кубик».**  
Глубокий вдох носом, плавный выдох ртом. 4 раза.  
Педагог и инструктор собирают шишки.  
**Основные виды движений:**  
1. Ходьба с высоким подниманием колена, перешагивая через палки - "солнечные лучики".  
2. Прыжки на двух ногах через канат.   
3. Метание в горизонтальную цель. Дети выполняют метание в корзину диаметром 60 см одной рукой от плеча с расстояния 1,5 м. По 3 раза правой и левой рукой.  
  
**Подвижная игра «Бабочки и цветы».**  
Дети разбирают цветные кегли- бабочки. По сигналу инструктора разбегаются по залу. По сигналу «На цветы», занимают ориентиры такого же цвета как бабочка.

**III. Заключительная часть:**

.  
Дыхательная гимнастика «Ветерок».  
Инструктор читает стихотворение «Ветер». 1 раз.  
Дует легкий ветерок – ф-ф-ф….  
И качает так листок – ф-ф-ф….  
*Выдох спокойный, ненапряженный.*  
Дует сильный ветерок – ф-ф-ф-…  
И качает так листок – ф-ф-ф…  
*Активный выдох.*  
Дует ветерок, качаются листочки!