**Конспект**

**открытого занятия по физической культуре**

**в первой младшей группе**

**для воспитателей детских садов**

**Чамзинского муниципального района.**

**Цель:** создать благоприятные условия для физического развития и укрепления организма детей раннего возраста, посредством игрового занятия ,вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии.

**Задачи:**

-упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен;

- упражнять детей в подлезании под дугами;

- учить метать вдаль двумя руками из-за головы;

- воспитывать двигательную активность, ловкость

**Оборудование:**

Снежки – по количеству детей; 3 дуги; игрушка Зайка и Лиса; домик Зайки.

**Ход занятия:**

Воспитатель и дети заходят в зал, здороваются с гостями.

На пеньке увидели Зайку, который плачет.

**Воспитатель:** Почему ты плачешь? (Зайка рассказывает, что Лиса выгнала его из домика) Поможем ребята?

**Дети:** Поможем!

**Вводная часть**

**Воспитатель:**

Ну, тогда в путь друзья.

(дети стоят друг за другом)

Мы в лошадок превратимся,

По дорожке мы идём.

Гоп-гоп, веселей,

Бей копытом не жалей.

 ( ходьба с высоким подниманием колена 10-12с.)

Воспитатель:

Раз-два, раз-два,

Выше ноги, детвора

По дорожке побежим

И на помощь Зайцу поспешим.

Бег в колонне, друг за другом 10-12с.

**Воспитатель:**

Побежали, побежали

И нисколько не устали

По дорожке мы пойдём

На полянку попадём.

Ходьба друг за другом на носочках, по дорожке 10-12с.

**Воспитатель:**

Стой ребята, мы пришли

И поляночку нашли

В круг скорее все вставайте

И Зайчонка поджидайте.

**Основная часть**

**Общеразвивающие упражнения. (со снежками)**

**Воспитатель.**

Со снежком хотим играть.

Холодно его держать.

В одной ладошке и в другой

Подержим мы снежочек свой

И. П. — стоя, ноги слегка расставить, руки вниз, «снежок» в правой руке. Поднять руки через стороны вверх, передать «снежок» в левую руку — И. П. Выполнить 6 раз.

**Воспитатель.**

На снежок ты погляди,

Да смотри не урони

Погляди, погляди

Да смотри не урони.

И. П. — стоя, ноги на ширине плеч, руки вниз, «снежок» в правой руке. Поворот вправо с отведением правой руки назад — И. П. Переложить «снежок» в левую руку. То же влево. Выполнить по 3 раза в каждую сторону.

**Воспитатель:**

Со снежком хотим играть.

Холодно его держать.

В одной ладошке и в другой

Подержим мы снежочек свой.

И. П. — стоя, ноги слегка расставить, руки вниз, «снежок» в правой руке. Поднять согнутую в колене правую ногу; передать под коленом «снежок» в левую руку — И. П. То же с другой ноги. Выполнить по 3 раза каждой ногой.

**Воспитатель.**

Мы попрыгаем немножко,

Мы погреем наши ножки.

Раз-два-три, раз-два-три.

Ты снежок скорей бери!

«Снежок» лежит на полу около ног ребенка. Прыжки на месте на двух ногах [16 подпрыгиваний]. С окончанием слов дети берут каждый свой «снежок», поднимают руку вверх. Затем снова кладут его на пол.

**Воспитатель.**

Зашагали наши ножки,

Мы погреем их немножко.

Раз-два-три, раз-два-три.

Ты снежок скорей бери.

Ходьба на месте на одно проведение музыкальной темы или в ритме произнесения текста. ( 10-12 с.) С окончанием слов берут каждый свой «снежок», поднимают руку вверх.

Воспитатель.

Побежали наши ножки,

Мы погреем их немножко.

Раз-два-три, раз-два-три.

Ты снежок скорей клади.

**Сложить снежки в коробку.**

**Воспитатель:**

Вот и зарядка пошла нам на пользу.

На тропинку все встаём,

Дальше к домику мы пойдём!

 **(поточный способ по кругу)**

Чтобы к домику попасть , надо под кустами проползти!

1. Подлезание под дугой.

Воспитатель:

Вот твой дом, ты здесь живёшь?

Ты, Зайчонок, не грусти,

Лисицу выгнать из избушки

Помогут наши детки.

**Проводится игра «Выгоняем лису».**

Мы топаем ногами

(дети топают ногами)

Мы хлопаем руками

(дети хлопают руками)

Киваем головой

(наклон головы вправо, влево)

Мы руки поднимаем.

(дети поднимают руки вверх)

Мы руки опускаем

И бегаем кругом

(дети бегают вокруг себя)

**Игра проводится два раза**

**Воспитатель:**

Дети берите снежки и бросайте в лису.

(Метание снежков в цель - домик)

(Лиса (игрушка) «выбегает» из избушки, испугавшись детей, и прячется в лесу).

**Воспитатель:**

Ну, вот и прогнали лису!

Воспитатель предлагает детям поиграть в игру с зайкой.

**Проводится подвижная игра «Зайка беленький сидит…».**

**Заключительная часть:**

Дыхательное упражнение. (в кругу)

**Воспитатель:**

Дети лису прогнали

(Имитация движений лисы.)

Они её напугали

(Обхват руками свои плечи.)

Побежала лиса,

Еле ноги унесла.

(Лёгкий бег.)

Запыхалась «Вдох»

(Руки через стороны вверх)

Отдыхает «Выдох»

(Руки через стороны вниз)

Тяжело лиса вздыхает

(Произвольное дыхание.)

**Воспитатель:**

Сказка кончилась, и мы

Все домой идти должны

По тропинке друг за другом

Зашагали малыши.

(Спокойная ходьба друг за другом, уходим в группу)