

Физкультурное занятие

«Петрушки и Веселушки»

во второй младшей группе.

Воспитатель КОМАРОВА И.Ю.

Программное содержание.

Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности.

Развивать чувство равновесия при ходьбе по доске. Закреплять умение легко прыгать на двух ногах через шнуры. Учить отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками. Упражнять в беге врассыпную, останавливаться по сигналу.

Во время игры бегать, не наталкиваясь друг на друга.

Создать положительный эмоциональный настрой.

Развивать мышцы ног, гибкость, эластичность позвоночника и подвижность суставов.

Пособия и материалы: галстуки для «Петрушек»-мальчиков и бантики для «Веселушек»-девочек, мячи диаметр 15см, доска шириной 15 см, шнуры (на полгруппы детей), дорожка с плоскими следами, нарисованные домики с окошками (в одном – Петрушка, в другом домике – Веселушка), стойки для домиков.

Ход занятия

1 часть. Ребята отгадайте мою загадку:

С погремушкой он в руке
В ярком-ярком колпаке.
Как весёлая игрушка
Называется? (Петрушка).

Хотите ли вы сами стать Петрушками?

(Да).

Тогда мальчики-Петрушки наденут яркие галстуки-бабочки, а девочки-Веселушки наденут на голову повязки-цветочки (реквизит лежит на отдельном столике).

Вы будете выполнять то, что я буду показывать и о чем говорить. Будьте внимательны!

- Друг за другом становись, и лицом ко мне повернись.

1. А теперь проявим ловкость.

Начинаем тренировку.

Друг за другом повернись.

По дорожке след в след пройди.

(Ходьба по дорожке со следами, медленно 15сек.)

2. На носочках все пойдем,

Руки вверх поднимем,

Будем хлопать ими.

(хлопок на шаг, темп средний 15 сек.)

3. Ну и ловкие Петрушки!

А сейчас на носочках легко побежим,

Друг за другом поспешим.

Побежали, «Стой!» - станем,

Руками коленки достанем. (2 раза, темп средний 20 сек.).

«Петрушки» в круг вставайте, погремушки поднимайте.

2 часть. О Р У

1. «Помашем погремушками».

И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки с погремушками внизу. Поднять руки вверх, погребеть погремушками и опустить (4-5р.)

2. «Поиграем с погремушками».

И. п.: сидя, ноги вместе, руки с погремушками на коленях. Повернуться в одну сторону, постучать погремушками об пол, выпрямиться. То же выполнить в другую сторону (3р).

3. «Постучим погремушками».

- Вот Петрушки сели дружно,

Постучали, дружно встали.

И. п.: стоя, руки опущены, ноги слегка расставлены. Присесть, легко постучать погремушками об пол, выпрямиться (3-4р).

4. «Прыжки»

- Погремушки к плечам поднимем

И попрыгаем мы с ними.

(прыжки на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой)

5. Потанцевать с погремушками, кто как умеет.

- Мы погремушки поднимем

И попляшем вместе с ними. (Пляска под весёлую музыку - аудиозапись)

Повернёмся кругом,

Друг за другом все пойдём,

Погремушки соберём. (Ходьба, погремушки кладут в корзинку).

Основные виды движений.

1. Ходьба по доске, руки в стороны.

- По дорожке мы пойдём,

Руки в стороны разведём. (2раза)

2. Чтобы ноги крепче стали,

Через змеек прыгать станем.

Прыжки через верёвочки (6-8 шт.).

- На носочках прыгать будем, змеек мы не разбудим. (2раза)

3. Вот мячи лежат и ждут когда мальчики-Петрушки к ним подбегут.

(Отбивание мяча о пол и ловля двумя руками-3-4 раза).

- Я циркач и ты циркач,

Будем мяч о пол бросать.

Далеко не отпускаем,

Сразу мы его поймаем.

Ну, а девочки-Веселушки спрячут змейку в норку.

(собирать верёвочку пальцами ног 1-2 раза).

- Поменяемся местами и опять тренироваться станем.

Надо мячи и верёвочки собрать, а потом поиграть.

Подвижная игра «Найди свой домик»

Скорее в круг вставайте – игру начинайте.

Мы веселые «Петрушки» -

Любим бегать и играть,

Веселиться и скакать. (Петрушки и Веселушки легко бегают и прыгают врассыпную под весёлую музыку).

Музыка, замри! К своему домику – беги! (Девочки и мальчики разбегаются каждый к своему домику. При повторе игры домики поменять местами).

Вот Петрушка потянулся,
Руки в стороны развел,
Раз нагнулся, два нагнулся,
Повернулся и пошел.

3 часть. Заключительный парад артистов цирка (ходьба в колонне по одному под марш в аудиозаписи).