Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №1 «Красная шапочка»

**Физкультурное сюжетно-игровое занятие во 2младшей группе «В гости к солнышку»**

Инструктор по физическому воспитанию:

 Яценко Оксана Ивановна.

**Интеграция образовательных областей:** «Художественно – эстетическое развитие», «Познавательное развитие»; «Речевое развитие», «Физическое развитие», «Социально – коммуникативное развитие»

***Цель:*** активизировать двигательную активность детей на занятии через развитие игрового сюжета, закрепить основные виды движений.

***Задачи:***

***Оздоровительные***:

- охранять и укреплять здоровье детей, улучшать их физическое развитие;

- совершенствовать и повышать работоспособность организма ребенка;

- совершенствовать координацию движений дошкольников;

- осуществлять профилактику плоскостопия;

- развивать и укреплять опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную системы детского организма;

- способствовать созданию положительных эмоций у детей.

***Образовательные:***

**-**упражнять детей в ходьбе и беге, с выполнением заданий, с перешагиванием через препятствия; в ползании по скамейке; в ползании на четвереньках;

-закрепить умение выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (лентами).

***-*** ***Развивающие:***

-развивать у детей ловкость, внимание, быстроту реакции, умение ориентироваться в пространстве; воображение;

-развивать умение подражать повадкам лесных зверей;

 ***Воспитательные***:

 -воспитывать доброту, отзывчивость, желание действовать сообща, взаимодействовать в парах; уважительное отношение детей друг к другу;

 -формировать у детей интерес и потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями.

**Здоровьесберегающие технологии:**

Упражнения на дыхание, динамические упражнения, массаж, элементы зверобики.

***Оборудование:*** плоскостные изображения деревьев, разноцветные ленты по количеству детей, цветные кирпичики скамейка и модуль – цилиндр для ОВД; картинки с изображением тучи и солнца без лучиков, игрушка «солнышко» с конфетами, флешка с аудиозаписями «Веселая зарядка», «Саночки», «Ветер», «Музыка для релаксации»

**Ход занятия:**

**Вводная часть:**

**(5 минут)**

Ребята, сегодня мы отправимся с вами в путешествие по зимнему лесу. Но сначала отгадайте мою загадку.

Золотое яблочко по небу катается

Всем, всем улыбается.

А улыбки-то – лучи.

Очень-очень горячи!

Что это? (солнце)

Давайте позовем солнышко к нам в гости, чтобы оно светило нам в пути.

Солнышко ясное, покажись,

Солнышко красное, нарядись,

Платье алое надень,

Подари нам новый день.

Нет его, не появляется. Куда же оно потерялось? Может это крокодил наше солнце проглотил? Давайте пойдем его искать! За Демьяном по тропинке шагом марш!

**Раз, два, три, четыре, пять – (ходьба в колонне друг за другом)**

**Солнышко идем искать,**

**Выше ноги поднимаем,**

**Дружно весело шагаем!**

**Смотрите, какие сугробы впереди! Руки на пояс, идем, высоко поднимая ноги – перешагиваем через сугробы.**

**Все сугробы обойдем,**

**Через них перешагнем.**

**По тропинке в лес зайдем,**

**Всех зверей увидим в нем.**

**Давайте посмотрим, кто же прячется в зимнем лесу.**

**Вон заинька вдалеке проскакал. Давайте попрыгаем, как зайчики. Ножки вместе, друг за другом прыгаем по тропинке.**

**Зайку встретили в пути, (прыжки на двух ногах с продвижением вперед)**

**Вместе с ним поскачем мы.**

**А вот и лисичка крадется, наверно, зайца высматривает. Пойдемте, как лисички, мягко ступаем, неслышно.**

**По сугробам лесным (дети имитируют походку лисы)**

**Лисонька шагает**

**И пушистым хвостом**

**Следы заметает.**

**А это серый волк рыщет,**

**Он себе добычу ищет.**

**Друг за другом побежим (бег в колонне друг за другом)**

**И от волка убежим.**

**От волка убежали, можно спокойно шагать по тропинке.**

**Раз, два, три, четыре, пять –**

**Солнышко идем искать,**

**Выше ноги поднимаем,**

**Дружно весело шагаем!**

Перед нами 3 тропинки. Демьян ведет ребят на первую тропику, Даша – на вторую, Настя на третью.

**(дети перестраиваются в 3 в колонны, встают на кружочки – ориентиры, ленты – «лучики» разложены заранее около ориентиров)**

**Ребята, мы на верном пути, смотрите, солнышко нам оставило свои разноцветные лучики.**

**Основная часть:**

**Общеразвивающие упражнения (с лентами – «лучиками») (5 минут)**

**1 упражнение: «Покажи свой лучик»**

**И. п. стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу, лента в двух руках.**

**Возьмите свой лучик двумя руками и опустите вниз.**

**Выполнение: Руки с лучиком вперед, потом поднимаем вверх, снова выдвигаем вперед и вниз. (4 раза)**

**2 упражнение: «Рисуем солнышко»**

**И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу, лента в одной руке.**

**Выполнение: поднимаем руку с лучиком вверх, делаем круговые движения рукой - рисуем солнышко.**

**1 -2 - 3 - 4, опустили руку. Перекладываем лучик в другую руку.**

 **Приготовились рисовать: 1 - 2 - 3 - 4.**

**(выполняем упражнение 2 раза одной рукой, 2 раза – другой рукой).**

**Лучик крепко держите, чтобы не убегал.**

**3 упражнение: «Спрячем лучики от тучки»**

**И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки с лентой внизу.**

**Выполнение: наклоняемся вперед, прячем лучик, поднимаемся – вот он лучик, ножки в коленях не сгибаем. (4 раза)**

**4 упражнение: «Вместе с лучиком тянусь»**

**И.п. сидя на коленках, лента в двух руках.**

**Выполнение: на счет «раз – два» поднимаемся, тянемся за лучиком, руки вверху, на счет «3-4» опускаемся.**

**5 упражнение: «Веселый лучик»**

**Возьмите ленту в одну руку.**

**И.п. стоя, ноги\вместе, руки внизу, лента в одной руке.**

**Выполнение:** ножки вместе**,** прыгаем легко на носочках, лучиком машем.

(детивыполняют прыжки на месте на двух ногах (10-15с., чередуем с упражнением «пружиночка»)

Дыхательные упражнения: А теперь подуйте на свои лучики. Делаем носом вдох и ротиком выдыхаем - дуем на свои лучики.

В колонках сомкнись. Идем друг за другом по тропинке, лучики кладем в корзинку, пусть отдыхают.

(Ходьба друг за другом)

**Раз, два, три, четыре, пять –**

**Солнышко идем искать,**

**Выше ноги поднимаем,**

**Дружно весело шагаем!**

Немножко отдохнем в пути, сделаем массаж «Черепаха»

**Игра - массаж «Черепаха»**

Дети стоят в колонне друг за другом и делают массаж пальцами по спине.

Шла купаться черепаха *(поглаживание)*

И кусала всех со страха *(пощипывание)*

*«*Кусь! Кусь!Кусь! Кусь!» (*пощипывание)*

Никого я не боюсь, *(поглаживание)*

Лучше вам я улыбнусь *(поворот кругом, игра повторяется)*

(помощник воспитателя в это время помогает расставлять спортивный инвентарь)

На пути нас ждут разные препятствия: надо перешагнуть через разноцветные льдинки, проползти через снежный туннель, по скользкому мостику. Вы справитесь?

(воспитатель дает разъяснения, 1 ребенок показывает)

**ОВД (основные виды движений)(5 минут)**

(пока дети выполняют упражнения поточным способом, звучит аудиозапись «Зарядка для солнышка»)

**1**.**Перешагивание через препятствия (кубики).**

Перешагивания через препятствия (кирпичики – «льдинки»), на расстоянии 20 - 25 см

Перешагиваем льдинки попеременно разными ножками.

Льдинки разноцветные мы перешагнем,

Может наше солнышко сразу и найдем.

**2. Ползание через туннель.**

*Поточные ползания на коленях через туннель (модуль)*

Встаем на четвереньки и проползаем через снежный туннель. В туннель залезаем по одному, ждем друг друга.

Мы в туннель пролезем ловко,

 Пригодиться нам сноровка.

**3**.**Ползание на скамейке на животе, подтягиваясь руками.**

(Дети, лёжа на животе проползают по скамейке)

Мостик скользкий, льдом покрыт и поэтому скользит.

 На животик мы ложимся и вперёд ползти стремимся.

Ложимся на живот, пальчиками зацепляемся сбоку за скамейку, большие пальцы вверху, ножки вместе, и, подтягиваясь руками, ползем по скамейке.

Вы большие молодцы, справились, преодолели все препятствия. Но солнышка пока не видно.

 А давайте на этой полянке поиграем с нашими солнечными лучиками, они соскучились без вас! Возьмите в руки один лучик. (воспитатель раздает детям ленточки)

(помощник воспитателя помогает убирать инвентарь)

**Подвижная игра «Солнечные лучики»**

Когда я говорю «день», вы бегаете по всему залу, как только скажу «ночь», собираетесь в кружок и приседаете на корточки. (игра проводится 2 раза)

(Звучит фонограмма «Ветер»)

Закройте крепко глазки, лучики спят. Послушайте, как завывает ветер.

Пока вы весело играли, прилетела снеговая туча.

(Дыхательное упражнение «Прогоним тучу»)

Давайте на нее подуем, может быть это она спрятала солнышко?

А вот и наше солнышко – колоколнышко!

Мы тебя искали, мы тебя так ждали.

 Ребята, а чего не хватает нашему солнышку? (лучиков)

Давайте сделаем ему лучики. Они у вас в руках. Садитесь в кружок!

У кого розовые лучики, выходите. У кого – оранжевые, у кого – желтые.

 (дети выкладывают ленты по цветам вокруг солнца)

Снова засияло солнышко своими лучиками.

**Заключительная часть: (3 минуты)**

(дети сидят в кругу, кому как удобно)

Давайте расскажем про него стихотворение

Тучка прячется за лес,

Смотрит солнышко с небес.

И такое чистое, доброе, лучистое.

Если б мы его достали,

Мы б его расцеловали.

Теперь крепко – крепко закройте глазки (звучит фонограмма: «Музыка для релаксации)

Мы с вами путешествовали по зимнему лесу. А теперь представьте, что сейчас лето, солнышко ярко светит и рассыпает свои золотые лучики. Вот один лучик прыгнул вам на носик, пощекотал его, потом прыгнул на щечки – дружочки, погрел их. Потом прыгнул на плечико, попрыгал на нем, спустился на животик, погрел его, потом прыгнул на ладошки – крошки – пощекотал их, коленки – поленки и пяточки пощекотал.

Вам было приятно, как вас лучик щекотал?

**Рефлексия:**

Вот и закончилось наше путешествие.

Вам понравилось путешествовать и искать солнышко? Что вы делали, чтоб его найти?

Какое наше солнышко?

Ответы детей: ласковое, лучистое, доброе, круглое и т. д.

А вы хотите узнать, какое еще бывает солнышко? Закрывайте дружно глазки.

**Сюрпризный момент:**

**(воспитатель выносит игрушку «Солнышко», на лучиках висят конфеты).**

**Открывайте глазки. Какое это солнышко?**

**Садитесь на саночки, поедем угощаться в группу.**

**(дети встают парами, держатся в парах за руки и двигаются по залу, имитируя езду на санках)**

**(звучит аудиозапись «Саночки»)**