

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребёнка - детский сад №30 «Цветик-семицветик»

Конспект занятия на тему «Ай - да, зайныка!»  
Вторая младшая группа  
ОО «Физическое развитие»

Буренкова Е.А. - инструктор по  
физической культуре

Вологда 2022

### Задачи:

#### Образовательные:

- упражнять детей в беге, не наталкиваясь друг на друга;
- закреплять двигательные навыки в прыжках, с продвижением вперед;
- учить управлять своими двигательными действиями.

#### Развивающие:

- развивать у детей эмоциональность, выразительность в имитации движений;
- развивать мелкую моторику;
- развитие двигательной сферы.

#### Воспитательные:

- воспитывать смелость, внимание, взаимопомощь.
- вызывать детские отклики на эстетические нормы морали - добро и зло.
- воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам.

### **Используемые технологии: здоровьесберегающие, личностно-ориентированные.**

### **Реализация образовательных областей «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие.**

Оборудование: мячи по количеству детей, обручи, игрушка волка, маска - шапочка "Зайчик", корзина, бумажные стружки зелёного цвета.

#### Ход занятия:

Вводная часть (2-3 минуты)

Ребята, давайте вместе придумаем и сыграем в сказку. Жили были в лесу зайчата.

Есть у них зайчиха - мама (инструктор надевает маску-шапочку). Проснулись зайчатки утром, а мама говорит: "Зайчики, мы пойдём сегодня в дальний лес за самой вкусной заячьей капустой".

-ходьба по залу друг за другом.

-ходьба на носочках, руки вверх (покажем какие мы большие).

-ходьба с высоким подниманием колена (перешагиваем лужи, руки на пояс), -ходьба приставным шагом, руки на поясе (идём по узкой дорожке).

-ходьба без задания.

Бег по кругу с остановкой на сигнал (слушаем лису).

-ходьба без задания.

Чтобы не устать по дороге, давайте сделаем заячью зарядку.

Бег врассыпную (бегите по полянке).

Найдите себе удобное место, чтобы я всех вас видела (дети выбирают те картинки, которые им нравятся и встают на них).

Основная часть (12-15 минут)

ОРУ без предметов.

#### **1. «Зайка вырастет большой».**

И.п.: стоя, ноги вместе, руки опущены. Подняться на носочки, руки вверх. Вдох. Опуститься на всю ступню, руки опустить. Выдох. Выдыхая, произносить:

«у-х-х-х-х»). Повторить 6 раз. Темп умеренный.

Указание детям: «Хорошо потянитесь, выпрямите спину».

## **2. «Зайка греет ушки».**

И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки за спину. Повернуть голову направо. Вернуться в исходную позицию. Повернуть голову налево. Вернуться в исходную позицию. Повторить по 3 раза в каждую сторону. Темп медленный.

Индивидуальные указания.

## **3. «Зайка показывает лапки».**

И.п.: сидя на пятках, руки за спиной. Встать на колени, руки вытянуть вперёд ладонками вверх. Вернуться в исходную позицию. Повторить 6 раз. Темп умеренный.

Указания об осанке.

## **4. «Зайчик занимается спортом».**

И.п.: лёжа на спине, руки вытянуты вдоль туловища. Поднять правую ногу, согнутую в колене, хлопнуть под ней в ладоши. Вернуться в исходную позицию. Поднять левую ногу, согнутую в колене, хлопнуть под ней в ладоши. Повторить по 3 раза каждой ногой.

Индивидуальные указания.

## **5. «Прыгун».**

И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе. 8-10 подпрыгиваний, чередовать с ходьбой. Дыхание произвольное. Повторить 2 раза.

Ну, вот мы и готовы. Сейчас я возьму большую корзину для заячьей капусты, и мы пойдём дальше. А там, на траве волк лежит.

-Давайте прогоним волка! Стреляйте в него мячиками (бросок мяча двумя руками из-за головы) 3 раза.

Прогнали волка.

Видите сколько ёлочек вокруг? Под каждой растёт вкусная капуста.

Вот зайчиха выходила И  
зайчат своих учила:  
«Ноги вместе, прыг да скок,  
Прыгай дочка и сынок!»

Скачите туда и приносите её в корзинку (прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, 3 раза, расстояние 4 метра).

Много капусты набрали, молодцы зайчики. А теперь мы с вами поиграем. «Зайцы и волк».

Раз, два, три, четыре, пять!  
Негде зайчику скакать:  
Всюду ходит волк, волк,  
Он зубами щёлк, щёлк!  
А мы спрячемся в кусты,  
Прячься, зайчика, и ты!  
(дети прячутся в домике (обручи).

Заключительная часть (2-3 минуты)

«Утречко».

Утро настало,

Солнышко встало.

(Ладони скрещены, пальцы растопырены - «Солнышко с лучиками»).

- Эй, братец Федя,

Разбуди соседей!

(Кулак правой руки сжат, большой палец совершает круговые движения).

- Вставай, Большак!

Вставай, Указка!

Вставай, Серёдка!

Вставай, Сиротка!

И крошка - Митрошка!

(Большой и указательные пальцы правой руки по очереди щелкают по кончикам пальцев левой, начиная с большого).

Привет, Ладонка!

(Щелчок в центр ладони)

Все потянулись,

И проснулись.

(Руки поднимаются вверх, пальцы вытягиваются и быстро шевелится).