

Конспект занятия в младшей группе № 2 «Теремок»

Тема: «Веселая зарядка»

Воспитатель: Чакмазян Алина Вилаевна

Цель: способствовать укреплению здоровья детей и пробуждению организма для нормальной жизнедеятельности.

Задачи:

1. Формировать двигательные умения (ходьба, бег, прыжки).
2. Развивать физические качества и способности, основные движения в упражнениях и двигательной деятельности.
3. Укреплять здоровье детей, развивать все системы организма.
4. Воспитывать у детей потребность в каждодневных занятиях физическими упражнениями.
5. Дать детям эмоциональный заряд на предстоящий день.

Ход занятия:

Воспитатель: Доброе утро, ребята!

Дети: Доброе, утро!

Воспитатель: Становитесь по порядку на весёлую зарядку.

Утром солнышко встаёт, всех на улицу зовёт.

Приглашаю вас, ребятки, на весёлую зарядку.

Ножки выше поднимаем, - *шагать друг за другом.*

Друг за другом мы шагаем.

Все мы дружно пошагали,

А теперь на месте встали. - *остановиться на месте*

Ручки всем свои покажем - *поднять руки на уровне плеч*

И ладошками помашем. - *повернуть ладошками из стороны в сторону*

Ножками потопали - *топать ногами*

А теперь похлопали. - *хлопать в ладоши*

Сядем все мы в поезд, - *согнуть руки в локтях,*

В лес поедем в гости. - *двигаться друг за другом, выполняя вращательные движения согнутыми руками*

Мы попали на лужайку, и увидели там зайку.

Будем весело скакать, зайца все изображать. - *прыгать на двух ногах*

Лягушата - прыг, да скок

Пятки- вместе, врозь - носок. - *пятки соединить вместе, носочки - врозь,*

руки подняты вверх, пальцы растопырены (образ лягушки). Пружинить полусогнутыми ногами.

Вот идёт лисичка - рыжая сестричка - *двигаться в образе лисы (одна рука согнута перед собой - "лапка", другой сзади изображать хвостик, делая плавные покачивающиеся движения*

Медвежонок строгий вышел из берлоги. - *руки подняты вверх, идти, переваливаясь с ноги на ногу*

Птичка полетела, песенку пропела - *лёгкий бег на носочках*

Дует тёплый ветерок, покружись со мной, дружок. - *кружиться вокруг себя*

Будет сильный ветер дуть, деревца он будет гнуть. - *руки поднять высоко, чуть расставить пошире ноги. Качаться со стороны в сторону.*

Сядем снова в поезд свой и поедем все домой. - *двигаются в образе "поезда"*

Всё! Приехали! Опять надо ножки поразмять!

Вы не отставайте, дружно все шагайте! - *шагать в свободном направлении.*

Солнышку помашем и спасибо скажем. - *помахать двумя руками*

На носочки поднимитесь, руками солнышка коснитесь. - *тянуться вверх руками*

Ручки вниз все опустите, - *опустить руки вниз*

Всё сначала повторите. (*повторить 2-3 раза - руки вверх - вниз*)

Спасибо скажут все ребятки, за весёлую зарядку! - *хлопать в ладоши*

Итог занятия:

Молодцы ребята! Здоровье в порядке, спасибо зарядке.