**01.10.2018г. 1младшая группа №2 НОД по физическому развитию**

**Тема: «ПРОГУЛКА В ЛЕС»**

**Цель**: Учить прыжкам в длину с места, учить ходить между двух линий.

**Задачи**:1 Учить прыжкам в длину с места на двух ногах.

2. Упражнять в ходьбе и беге в колонне друг за другом,.

3. Вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на спортивные упражнения, призвать любовь к физкультуре.

Оборудование и материалы: Игрушка зайчика, снежки, обруч, кубики, 2 веревки

**Ход занятия**

**1. Вводная часть**. Построение друг за другом.

Воспитатель: Давайте-ка все вместе отправимся мы в лес, на меня все посмотрите,

С вами мы пойдем гулять

В лес зверушек навещать

Но этот лес не просто лес,

Этот лес страна чудес.

1. Мы шагаем, мы шагаем

Прямо по дорожке,

Высоко мы поднимаем,

Поднимаем ножки. (Дети идут, друг за другом стараются идти, высоко поднимая ноги)

2. Дальше по лесу идем и как мишки пойдем руки за голову кладем и вразвалочку идем. (Дети имитируют медведя)

3. Прыг-скок, прыг-скок прыгаем как зайчики девочки и мальчики. (Прыжки с продвижением вперед).

4. На пути пеньки стоят, нам их нужно оббежать. (Бег змейкой вокруг предметов).

5. А теперь мы немного отдохнем и опять гулять пойдем (Упражнение на дыхание).

**2. Основная часть.**

Воспитатель: Вот мы пришли в лес. В лесу можно встретить кого? (зайца, волка, лису, белку.) Давайте покажем, как они делают зарядку.

1. упр. И. п стоя ноги вместе, руки вдоль туловища

Посмотрите ка ребятки, Зайка вышел на зарядку: на носочки поднимается, лапкой веточки касается. (Дети на носочках тянутся вверх) пов. 4р

2. упр. И. п ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Пришла к деткам Лисонька-лиса, и хвостом пушистым снежок подмела. (Дети имитируют как лиса машет хвостом) повт. по 4р в разные стороны

3. упр. И. п тоже

Пришел серенький волчок, уперся лапками в бочок наклонился низко. (Наклоны вперед)

4. упр. И. п тоже

Зайка, волк и лиса вот творят чудеса: прыгают и топают, и в ладоши хлопают. (прыжки на двух ногах и хлопают в ладоши).

Основные упражнения.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, кто это под ёлочкой сидит. (Зайка)

Зайка хочет с вами поиграть

**Основные виды движения:**

1. Воспитатель: Зайка посмотри, как ребята могут перепрыгивать через ручеек.

 Прыжки на двух ногах через веревку.

Прыжки на двух ногах с места через 2 веревки, положенные параллельно «Прыгаем через замершую речку» Расстояние между веревками 15-20см. Воспитатель вначале объясняет и показывает, как надо прыгать и приземляться. Дети прыгают все одновременно по сигналу 4-5 раз. Воспитатель проверяет, чтобы дети стояли свободно и заняли И. п. ноги слегка расставили, стопы параллельно.

Зайка. Молодцы ловко, прыгаете.

Воспитатель: Зайка поиграй вместе с ребятами в игру

Подвижная игра «Зайка беленький сидит».

**3. Заключительная часть**

Воспитатель: Ребята нам пора возвращаться в детский сад. Давайте зайке скажем до свидания.