**Конспект занятия по физической культуре на тему «Транспорт»**

**в младшей группе**

подготовила Воспитатель: Иванова Виктория Сергеевна

**Цель:** Укрепление физического здоровья детей, приобщение их к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

**Оздоровительные**

-Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов с выполнением заданий

Упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры;

Повторить прыжки с продвижением вперед,

**Воспитательные**

- вызывать и поддерживать интерес к двигательной активности;

- воспитывать доброжелательные отношения к сверстникам в совместной двигательной деятельности;

**Материалы и оборудование**: кольца от кольцеброса по кол-ву детей; гимнастическая скамейка, 2 флажка красный и зеленый для подвижной игры, музыкальная портативная система.

Элементы здоровьесбережения: упражнение на расслабление «Ребята расслабляются»

«Ребята, посмотрите, к нам пришли гости, давайте с ними поздороваемся, улыбнёмся нашим гостям. Сегодня они посмотрят на вас какие вы у нас ловкие быстрые смелые, умелые!» покажем?

Ребята, построились в одну шеренгу, подровняли носки, выпрямили спины.

Перестроение из шеренги по одному в колонну (5 сек средний)

Ровняйся! Смирно! Направо!

Идем, аккуратно, бежим никого не толкаем, не обгоняем молодцы!

**1-я часть** Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами (от кольцеброса): ходьба примерно три четверти круга и бег - полный круг: остановка, поворот в другую сторону повторение упражнений. Перестроение для выполнения ОРУ (30 сек) перестроение в круг.

**2-я часть ОРУ с кольцом**

**1. Колеса.**

И. п: ноги слегка расставлены, обруч в правой руке внизу. Вынести руки вперед переложить обруч в левую руку

**2. Руль.**

И. п: ноги на ширине плеч, обруч в вытянутых руках перед собой.

Повороты вправо, влево руки вперед прямые.

**3. Кабины.**

И. п. ноги слегка расставлены, обруч в обеих руках у груди. Присесть обруч положить на пол, встать, руки убрать за спину: присесть взять кольцо. Вернуться в и. п.

**4. Педали.**

И. п: ноги слегка расставлены, обруч на полу. Шаг правой ноги в обруч, в и. п.; шаг левой ногой в обруч, в и. п. (4раза каждой ногой)

**5. Прыжки.**

И. п: ноги вместе, обруч на полу, прыжки в обруче на двух ногах в

чередовании с ходьбой (2 раза)

**3-я часть ОВД**

1. Ходьба по гимнастической скамейке (4 раза)

2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч

Сейчас все упражнения я вам покажу внимательно смотрите, а потом будите сами выполнять: сначала встаем на скамью, руки на поясе, смотрим вперед идем доходим до конца скамьи и аккуратно сходим с нее, затем прыгаем на двух ногах из обруча в обруч. А теперь все друг за другом, по моей команде. Молодцы, все старались!

У многих получилось правильно!

**Подвижная игра «Ловкий шофер».**

Подвижная игра "Ловкий шофер"

Дети располагаются произвольно по всему залу, в руках у каждого ребенка руль(обруч). По сигналу инструктора: "Поехали!"- дети-"машины" разъезжаются по всему залу в разных направлениях, стараясь не мешать друг другу. Если педагог поднимает флажок красного цвета, то все машины останавливаются. Если зеленый- продолжают движение.

**Заключительная часть**

*Упражнение на релаксацию (расслабление)*

*На полу тихонечко лежим*

*Ни рукою, ни ногою не шевелим.*

*Глазки все скорей закрыли, улыбаемся,*

*Это мы, ребята, с вами рас-слаб-ля-ем-ся!*

Дети лежат на спине полностью расслабленные. Кисти должны лежать ладонями вверх. Пятки вместе, носки разведены. Закрыть глаза и слушать релаксирующую музыку. Открываем глаза по моему сигналу и скажите, что мы с вами делали! Ходили по скамейки, прыгали из обруча в обруч, играли в игру. Мне на занятии понравились все! Все старались! Молодцы!