

**Конспект
непосредственно образовательной деятельности
в рамках реализации проекта для детей от 3 до 4 лет
по формированию основ ЗОЖ «Мы и физкультура»
на тему «Бег между предметами, прокатить мяч между предметами»**

Программное содержание: Учить детей бегать между предметами, не задевая их.

Продолжать учить прыгать детей на 2х ногах, продвигаясь вперед; прокатывать мяч между предметами. Воспитывать представления о здоровом образе жизни, физической культуре. Создать эмоциональное настроение.

Ход занятия

Ребята сегодня я встретила зайчат! Они мне рассказали, что у них случилась беда. За ними бежит лиса, зайчата просят вас помочь поскорей добраться к своим домикам. Сейчас вы все превращаетесь в зайчиков. Построение в одну шеренгу.



1.И. п. - ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Поднять руки в стороны, опустит быстро, несколько раз подряд. После паузы повторить движение (3-4 раза).

2.И. п. - ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Поднять руки в стороны, выполнить наклоны вправо, влево и снова вправо и влево («самолеты покачивают крыльями»), вернуться в исходное положение (3-4 раза).

3.И. п. - ноги на ширине ступни, руки на пояс. Прыжки на двух ногах (2-3 раза). Вам нужно будет пройти змейкой во круг конусов что бы запутать лису.

«Пробеги-не задень». Ходьба и бег между предметами.

Ух, ушли от лисы молодцы.

Лиса нам приготовила еще одно задание

«Прокати мяч между предметов». Прокатить мяч между кубиками, предметами. Все ребята молодцы, а сейчас лиса хочет с вами поиграть.

«Зайки-прыгуны». Дети прыгают с одной стороны площадки на другую на 2х ногах. Чередовать с ходьбой (2-4 раза).

Ребята какие вы молодцы ускакали от лисы. Зайчики вам говорят спасибо и хотят с вами повеселиться. С становитесь в хоровод.

«Карусель» (выполняется в медленном темпе 2-3 раза)

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,

А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите, карусель остановите,
Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!
Дети останавливаются.

Рефлексия:

Дети становятся в круг.

-Кому мы сегодня помогли?

-Ребята в кого мы сегодня превратились?

-Во что мы играли?

