

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
« Детский сад № 31 »

План- конспект
Проведения НОД по физкультуре в первой младшей группе

Воспитатель:
Солодова Дарья Александровна

КОНСПЕКТ ПРОВЕДЕНИЯ НОД ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ В ПЕРВОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

Цель: формировать умение выполнять упражнения с палкой, упражнять детей в ходьбе по ребристой доске.

Программное содержание:

1. обучающие задачи:

- формировать правильную осанку детей,
- умение ходить в прямом направлении,
- формировать умение ходить, высоко поднимая ноги.

2. развивающие задачи:

- развивать умение действовать по сигналу,
- Внимание,
- чувство равновесия,
- координацию движений,
- все группы мышц.

стремление к качественному выполнению движений.

3. воспитывающие задачи:

- воспитывать смелость,
- самостоятельность, дружелюбие,
- умение играть сообща,
- вызывать у детей эмоциональный отклик на игровой сеанс и желание в нём участвовать.

Демонстрационное оборудование: ребристая доска, 5 - 6 обручей.

Раздаточное оборудование: палки по количеству детей.

СТРУКТУРА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Элементы деятельности	Время
I	Вводная часть	
	1. Ходьба	30 с
	2. Ходьба по ребристой доске	30 с
II	Основная часть	
	1 -ОРУ с палкой	
	3. Подъем палки	30с
	4. Приседание	30с
	5. Наклоны	20с
	6. Пскоки на месте	20с
	7. Спокойная ходьба	30с
	2 -Основные виды движений	
	8. Ходьба, высоко поднимая ноги, переступая их обруча в обруч.	90с 120с
	3 9. Подвижная игра "По мостику через ручеек."	
III	Заключительная часть	
	10. Ходьба	30с
	11. Прыжки на месте на двух ногах	30с
	12. Ходьба.	30с

ХОД ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Части физкультурного занятия	Дозировка	методическое руководство	Примечания
I	Вводная часть 1. Ходьба 2. Ходьба по ребристой доске	30с 30с	Обычным шагом! Обычным шагом по ребристой доске.	Держим спину прямо. Не толкаемся.
II	Основная часть -ОРУ с палкой 3. Подъем палки	30с 4-5 раз	И.п. стоя, держать палку обеими руками внизу 1-поднять палку над головой 2-3-подтянуться 4-И.п.	Я помогу
	4. Приседание	30с 4-5раз	И.П. стоя, держать палку обеими руками внизу 1-присесть 2-3- коснуться палкой пола 4-И.П.	
	5. Наклоны	20с 2-3раза	И.П. лежа на спине, держаться обеими руками за палку 1-сесть, держась за палку 2-И.П	Палку положить на пол
	6. Пскоки на месте	20с	Пскоки на месте на двух ногах	
	7. Спокойная ходьба	30с	За мной, шагом!	Молодцы
2	-ОВД 8. Ходьба, высоко	90м	Дети сейчас мы с вами будем	Высоко

	поднимая ноги, переступая из обруча в обруч	4-5раз	ходить, высоко поднимая ноги, переступая из обруча в обруч. Посмотрите, как это делаю я.	поднимайте ноги, спины держите прямо, не толкайтесь.
3	9.Подвижная игра "По мостику через ручеек"	120с 2-3раза	Цель: упражнять детей в беге, соблюдать правила игры. Правила игры: идти по мостику осторожно, стараясь не упасть в ручей, не толкаться.	
Ш	Заключительная часть. 10. Ходьба	30с	Обычным шагом!	Держим спину ровно, не толкаемся.
	11. Прыжки на месте на двух ногах.	20 с	Прыжки, мы зайчики.	Хорошо. Молодцы.
	12.Ходьба	30 с	Обычным шагом!	Держим спину ровно, не толкаемся