

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Малобугульминский детский сад общеразвивающего вида "Ягодка"  
Бугульминского муниципального района Республики Татарстан

Конспект

проведения комплекса утренней гимнастики

ОО «Физическое развитие»

Возрастная группа: 1 младшая группа

Подготовила:  
Воспитатель Зайнуллина М.М.

## Карточка № 2

### Сентябрь

(вторая неделя, 3-е и 4-е занятие)

**Задачи.** Ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал, развивать умение ползать.

**Пособия.** Погремушки на каждого ребенка, игрушка собачка (мишка).

Содержание занятия и методика его проведения.

До начала занятия дать детям поиграть с погремушкой. Упражнения проводятся с погремушками.

**Первая часть.** Чередование ходьбы враспынную и бега за воспитателем. Стараться ходить и бегать, используя всю площадь зала. Дети останавливаются и поворачиваются к воспитателю.

**Вторая часть.** Общеразвивающие упражнения.

1. *И. п.:* сидя, ноги свободно на полу. Поднять погремушку вверх, потрясти и опустить. Повторить упражнение 2—3 раза одной рукой, затем другой.

2. *И. п.* стоя. Присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять погремушку, выпрямиться и показать ее воспитателю. Повторить 4—6 раз.

3. *И. п.:* лежа на животе, руки с погремушкой у подбородка. Вытянуть руки вперед, показать погремушку и спрятать ее у груди. Повторить 4—6 раз.

4. Свободно поплясать с погремушкой.

5. Ходьба за воспитателем. Дети кладут погремушку в корзину.

### **Упражнения в основных видах движений.**

Ползание на четвереньках (4—6 м) к собачке — «Пойдем, как собачка». Повторить 2—3 раза. Задание выполняют одновременно 2—3 детей, воспитатель подбадривает их, помогает выполнить задание до конца. Остальные дети сидят на стульях.

**Подвижная игра** «Догоните меня». Спокойная ходьба. Повторить 3—4 раза.

**Третья часть.** Ходьба за воспитателем — «Пойдем тихо, как мышки».

Список использованной литературы:

Учебно-методический комплект:

Лайзане С.Я.: Физическая культура для малышей - М. Просвещение. 1978

Методические рекомендации к «Программе воспитания и обучения в детском саду» / составитель Л.В.Русакова. —М.: Просвещение.1986. (Физическое воспитание стр 124)