**Конспект занятия по физической культуре I младшая группа.**

«**По ровненькой дорожке”**

**Цель:** Формировать привычку к здоровому образу жизни. Вызвать у детей интерес к игровому занятию и желание участвовать в нем.

1. **Вводная часть.**

**Подвижная игра “По ровненькой дорожке” (2 раза).**

По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке,
В лесок шагают ножки.
Раз – два, раз – два.

(обычная ходьба.)

По камешкам, по камешкам,
По камешкам, по камешкам…

(Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.)

В ямку – “ Бух”!

(Прыжок в глубину, затем подняться – “ вылезти из ямы”.)

1. **Общеразвивающие упражнения**.

**2. «Маятник»**

И.П. ноги узкой дорожкой, руки на пояс

В.1. наклон вправо (влево) сказать «Тик»

    2. И.П. сказать «Так»

**3. «Часы идут»**

И.П. ноги узкой дорожкой, руки на пояс

В.1. наклон вперед, хлопнуть по коленям

    2. И.П.

**4. «Часы сломались»**

И.П. ноги узкой дорожкой, руки внизу

В.1. присесть, хлопнуть по коленям

    2. И.П.

**5. «Прыжки»**

И.П. О.С. руки на пояс

В.1. прыжки на двух ногах

 Упражнение на дыхание. « Сделай ветерок»

**3 Подвижная игра.**

Сложив их в корзину шары, воспитатель приглашает детей посмотреть, какие красивые шары. Затем высыпает их со словами: «Вот как покатились шарики… Догоняйте их и кладите обратно в корзину». Дети бегут за шариками и относят их в корзину.



