[МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ "СКАЗКА"](https://www.list-org.com/search?type=name&val=%D0%9C%D1%83%D0%BD%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BF%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D0%B0%D0%B2%D1%82%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BC%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D1%83%D1%87%D1%80%D0%B5%D0%B6%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%81%D0%B0%D0%B4%20%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%8E%D1%89%D0%B5%D0%B3%D0%BE%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B0%20%D1%81%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%BC%20%D0%BE%D1%81%D1%83%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%D0%BC%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%20%D0%A1%D0%BA%D0%B0%D0%B7%D0%BA%D0%B0" \o "поиск всех организаций с именем Муниципальное автономное образовательное учреждение дошкольного образования детей детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического развития детей \"Сказка\") КОРПУС «ЗЁЗДОЧКА»

**Конспект открытого занятия по физкультуре во второй младшей группе**

**Тема:** «Профилактика нарушений осанки»

Выполнила:

Инструктор по ФК

Казаринова Галина Михайловна.

с. Омутинское, 2022г.

**Цель:** формирование правильной осанки, приобщение к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- формировать умение сохранять правильную осанку;

- формировать начальные представления о здоровом образе жизни;

- повышать физическую работоспособность детей.

**Развивающие задачи:**

-развивать физические качества (ловкость, гибкость, координацию);

-развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

**Воспитательные задачи:**

-воспитывать самоконтроль за сохранением правильной осанки;

- воспитывать потребность в ежедневных физических упражнениях;

-воспитывать умение действовать в коллективе, доброжелательное отношение друг к другу.

**Оборудование**: обручи по количеству детей, ковер для ОРУ.

**Время провидения:** 15 минут.

**Ход занятия**

**Вводная часть:**

Построение в шеренгу. Приветствие.

Ходьба за инструктором:

И.П. - на носках руки на пояс;

И.П. - на пятках руки в стороны;

И.П.- перекатом с пятки на носок, руки на поясе.

Бег обычный за инструктором.

Дыхательные упражнения в ходьбе.

- Сегодня на занятии мы с вами отправимся в страну здоровья.

Мы с вами постараемся соблюдать правильное положение тела.

**Основная часть:**

1. Задание: «Дотянись до ладошки»

Цель: Формирование стереотипа правильной осанки.

В положении стоя, не отрывать ноги от пола, предлагается ребенку дотянуться до ладони над головой.

2.Задание: «Солдатики и куклы»

Цель: Формирование правильной осанки, умения расслабиться.

По команде: «Солдатики»- дети принимают правильную осанку.

По команде: «Куклы» - отпускают голову, плечи, руки; расслабляются.

**Общеукрепляющие упражнения с обручем:**

1. И.П. – ноги вместе, держим обруч обеими руками обхватом сверху. Поднимаем обруч над головой. Возвращаемся в И.П…
2. И.П.- ноги врозь, обруч держим обхватом сверху по бокам, выполняем наклон в перед опуская обруч вниз. Возвращаемся в И.П…
3. И.П. – ноги врозь, держим обруч обхватом сверху, выпрямляем обруч перед собою и выполняем повороты в стороны. Возвращение в И.П…
4. И.П.- ноги врозь, присед с обручем
5. И.П.- ноги вместе руки свободные, прыжки из обруча в обруч.

Подвижная игра:

«Самолетик- самолет»

Цели: укрепление мышц туловища, мягкое воздействие на функции вестибулярного аппарата, формирование навыков правильной осанки.

Самолетик- самолет Развести руки в стороны, ладонями вверх.

Отправляемся в полет. Выполнять поворот вправо.

Жу, жу, жу, и произносить звук (ж).

Постою и отдохну. Встану прямо, отпустить руки, пауза.

Я налево полечу, Поднять голову- вдох; выполнить поворот в лево

Жу, жу, жу, выход на звук (ж).

Посмотрю и отдохну. Встать прямо и отпустить руки – пауза.

**Заключительная часть:**

Построение в шеренгу, подведение итога занятия.

-Вам понравились эти упражнения? А кто помнит, для чего нужны эти упражнения?

- Да, но такие упражнения нужно выполнять каждый день, тогда ваша спина будет здоровая и красивая.