

Квест по физическому развитию (вторая младшая группа)

Цель: формирование устойчивого интереса к физкультуре, через игры и игровые упражнения.

Задачи: 1. Закреплять умение ходить по ограниченной поверхности, ходить с высоко поднятыми коленями, прыгать на двух ногах с продвижением вперед;

2. Развивать ловкость, чувство равновесия, координацию движений, слуховое внимание;

3. Воспитывать смелость, выносливость, чувство коллективизма.

Ход занятия

1. Сюрпризный момент

В группу входит спортсмен

Спортсмен: Здравствуйте ребята! Как хорошо, что вы еще не ушли. Со мной приключилась беда. Злая Колдунья заколдовала меня и отобрала мою силу. Что бы вернуть мне её, мне нужно найти и прочесть волшебное заклинание. Вы можете мне отыскать заклинание?

Дети: Да, поможем.

Спортсмен: Ну, что же? Тогда отправляемся в путь.

Дети идут в спортзал, где их ждут задания.

2. Организационный момент:

Перестроение в колонну. Воспитатель становится перед строем детей первым.

1. Ходьба за воспитателем по залу в колонне по одному:

-обычная;

-на носках, руки на поясе;

-на пятках, руки у плеч;

-с высоким подниманием колен.

2. Бег в колонне друг за другом.

3. Ходьба

4. Дыхательное упражнение: руки вверх – вдох, руки вниз – выдох.

3. Первое задание. «Перешагивание»

Находят конверт с заданием.

Воспитатель: «Перед вами большое озеро, в котором живут злые и голодные лягушки. Вам нужно пройти его».

Ребята, а как же мы это с вами сделаем? Как нам пройти озеро?

Дети: Будем перешагивать.

Воспитатель: А давайте как цапля будем перешагивать. Высоко поднимая ноги.

Тогда лягушки нас точно не достанут.

(на полу выложены кубики, на которых наклеены изображения злых лягушек. Дети поочередно, друг за другом перешагивают каждый кубик).

В конце дорожки находят конверт со следующим заданием и часть заклинания

4. Второе задание. «Прыжки»

Воспитатель: Ой, ребята посмотрите! Это же Зайка! Но он грустный. Давайте спросим, что с ним?

Дети: Зайка, что случилось у тебя?

Зайка: Я прыгал по лесной тропинке и поранил лапку. Моя корзинка с овощами и фруктами рассыпалась. Я не могу ее сам собрать – ножка болит.

Воспитатель: Ребята, давайте поможем собрать Зайчику его корзинку с фруктами и овощами. Его дома ждет мама.

Дети: Давайте.

(дети строятся в шеренгу и поочередно прыгают к предметам и приносят их в корзинку. За помощь Зайка дает детям конверт с заданием и вторую часть заклинания).

5. Третье задание. «Ползание»

Воспитатель: «Перед вами тоннель. Пройти ногами его невозможно».

Ребята, если мы не можем пройти его ногами. То как же нам его преодолеть?

Дети: Проползем.

(дети по одному ползут по скамье, подтягивая свое тело руками)

Воспитатель: Ну молодцы! Справились. А вот еще конверт.

6. Четвертое задание. «Катание мяча»

Воспитатель: «Перед вами Змея. Вам нужно заколдовать её и забрать заклинание».

Ребята, предлагаю взять мячики и немного поколдовать.

Воспитатель раздает мячи.

1. И. п. – стоя, ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. Поднять мяч вверх; вернуться в И. п. (4 -5 раз)

Воспитатель: Мяч легко мы поднимаем

И спокойно опускаем.

2. И. п. – стоя, ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди. Наклониться, коснуться мячом пола; вернуться в И. п. (4 -5 раз)

Воспитатель: Ну-ка быстро наклонись

И мячом пола коснись.

3. И. п. - стоя, ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. Присесть, мяч в согнутых руках у груди; вернуться в И. п. (4 -5 раз)

Воспитатель: Мячик проситься играть –

Так давай приседать!

4. И. п. – стоя на коленях (или сидя на пятках, мяч у пола придерживать обеими руками. Прокатить мяч вокруг себя в правую, а затем в левую сторону. (2 – 3 раза в каждую сторону).

Воспитатель: На колени становись.

Мяч, смотри не укатись!

Мяч по кругу прокатали –

Мы его не уронили!

После выполнения, дети забирают конверт с заклинанием и отдают его Спортсмену. Он читает его. И к нему возвращается сила. Спортсмен показывает несколько приемов, благодарит детей за помощь и уходит