

НОД 2 младшая группа по физическому развитию «В гости к осьминожке»

Цель: Использовать нестандартное оборудование, способствующее комплексному физическому воспитанию. Закреплять умение удерживать равновесие при ходьбе приставным шагом. Упражнять в подлезании, перешагивании через препятствия, соблюдать и контролировать правила в подвижной игре.

Ход мероприятия

Содержание частей занятия	Дозировка	Организационно- методические указания
1	2	3
Вводная часть	1,5 мин.	Дети, сегодня я приглашаю вас на прогулку по тёплому берегу моря, с прозрачной, ласковой, светящейся от солнца водой, в которой плещутся рыбки, осьминоги. Хотите???
Ходьба обычная		Идёмте за мной!!! Солнышко ярко светит, тёплый свет от него греет все вокруг. Песок нагрелся, наши ножки обжигает.
Чередуется с ходьбой на носочках	2 мин.	Идём на носочках Нестерпимо жжет песок ноги, побежали по берегу
Обычный бег		Молодцы!
Переходит в спокойную ходьбу		Ножки остыли, Идем спокойно
Построение в круг		В центре зала находится осьминог накрытый покрывалом (дети встают в круг него) Ребята, отгадайте загадку: Ты со мною не знаком? Я живу на дне морском, Голова и восемь ног- Вот и весь я...(осьминог) правильно
Основная часть	3-5 мин.	Посмотрите, из моря вышел погреться на солнышке и отдохнуть, наш друг осьминог- ГОША
ОРУ с косичкой (нога осьминога)		Гоша предлагает нам поиграть с его щупальцами
1. И.п.- стойка ноги на ширине ступни, косичка хватом за середину вниз. Косичку вынести вперед, вверх, вперед, и.п.	4-5 раз	Давайте возьмем каждый за ногу осьминога и поднимем вперед, вверх, вперед, вниз.
2. И.п.- стойка ноги на ширине ступни, косичка	4-5 раз	И сели, руки с ногами осьминога вперед, встали,...

<p>вниз. Присесть, косичку вынести вперед, подняться, и.п.</p> <p>3. И.п.- сидя, ноги врозь, косичка на коленях. Поднять косичку вверх; наклон вперед, коснуться пола между носков ног, выпрямиться, и.п.</p> <p>4. И.п.- лежа на спине, косичка в прямых руках за головой. Поднять прямую ногу, коснуться носка правой(левой) ноги, опустить ногу, и.п.</p> <p>5. И.п.- стойка ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища, косичка на полу перед ногами. Прыжки через косичку на двух ногах.</p>	<p>4-5 раз</p> <p>4-5 раз</p> <p>8раз</p>	<p>Сели, подняли руки, наклонились,....</p> <p>Щупальцы в руках, легли, руки за голову, ногу подняли- дотронулись, опустили, другую...</p> <p>Покажем Гоше какие мы прыгучие. Встали, согнули колени, прыгнули, повернулись.....</p>
<p>ОВД</p> <p>Игровые упражнения выполняются друг за другом по кругу</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ходьба по ножкам «Осьминога» приставным шагом, перешагивание через ножки. ➤ Проползание через «тоннель» 	<p>2-3мин.</p> <p>2-3 раза</p> <p>2-3 раза</p>	<p>Ребята, о чем то нас хочет попросить Гоша, говорит, что у него устали ноги- щупальцы. Просит сделать ему массаж. Согласны? Я вас научу. Смотрите как надо.</p> <p>Осьминог доволен, ему очень понравилось, и решил поиграть в волну.</p>
<p>Заключительная часть П.и «Акула и осьминожки».</p> <p>Делается круг, в центре находится акула, за кругом дети-осьминожки. По команде дети запрыгивают в круг- резвятся. Акула просыпается и старается ухватить детей – осьминожек. Нужно быстро выпрыгнуть ,чтобы не попасть акуле.</p>	<p>1-2 мин</p> <p>2-3 раза</p>	<p>Молодцы!</p> <p>Пока мы с вами веселились, и играли , в море подул сильный ветер, поднялись волны. И мы превратились в осьминожек.</p> <p>Акула спит- дети ее будят (топают, хлопают)- он их ловит. Воспитатель напоминает, что прыгать надо, сгибая колени, и приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p>Какие ловкие осьминожки, никого не поймала акула</p>
<p>Релаксация</p> <p>Дети ложатся на спину и закрывают глаза</p>	<p>1-2 мин.</p>	<p>Звучит шум прибоя</p> <p>Наигрались осьминожки на морском берегу, разлеглись на спинках на теплый песок. Устали.</p>

<p>Дети встают</p> <p>Итог:</p>	<p>Отдыхают, засыпают Море дремлет, в море штиль, Тишина на сотни миль, Море ласково и мило, Успокоилось, затихло. 1-2-3-осьминожки просыпаются и в ребяток превращаются</p> <p>Ребята , понравилось вам на морском берегу? Мне тоже очень понравилось, а еще мне понравились вы: вы были веселые, смелые, ловкие, добрые и заботливые по отношению друг к другу.</p>
---------------------------------	---