|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Задачи | Содержание НОД | Дозировка | Методические  указания |
| Задачи:  Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на  ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. | **1-я часть** Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Великаны!» - дети выполняют ходьбу на носках, руки прямые вверх, переход на обычную ходьбу, затем  колонне по одному, с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег в чередовании.  **2-я часть. Общеразвивающие упражнения с платочками**.  1.И. п. - ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках у груди. Выпрямить руки вперед,  показать платочек, вернуться в исходное положение  2. И. п. - ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках внизу. Наклониться и помахать платочком вправо - влево, выпрямиться, вернуться в исходное положение (5 раз).  3. И. п. - ноги на ширине ступни, платочек в обеих руках внизу. Присесть, платочек вынести( вперед. Подняться, вернуться в исходное положение (4-5 раз).  4. И. п. - ноги слегка расставлены, платочек в правой руке. Прыжки на двух ногах, помахать платочком над головой (под счет воспитателя или музыкальное сопровождение), в чередовании с ходьбой на месте.  **Основные виды движений.**  **1. Равновесие** «Пройди - не упади». Дети двумя колоннами выполняют ходьбу по д (ширина 15 см) в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2-3 раза). Воспитатель следит за тем, чтобы дети держали голову и спину прямо и смотрели вперед, и осуществляет страховку  **2.Прыжки** «Из ямки в ямку». Плоские обручи (из плотного картона) выложены параллельно два ряда (по 5-6 штук, на расстоянии 40 см друг от друга) - это «ямки».  **Подвижная игра «Коршун и цыплята».** С одной стороны зала положен шнур – зала располагаются «цыплята» - это их «домик». Сбоку домика на стуле располагается «коршун» водящий, которого назначает воспитатель. Дети-«цыплята» бегают по залу - «присаживаются - «собирают зернышки», помахивают «крылышками». По сигналу воспитатель «Коршун, лети!» - «цыплята» убегают в «домик» (за шнур), а «коршун» пытается их пойм (дотронуться). При повторении игры роль коршуна выполняет другой ребенок (но не из числа пойманных).  **3-я часть**. Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?».  **НОД №17 по физической культуре во 2-й младшей группе (Пензулаева Л.И.)**  **стр 17 (повторение)** | 1-2 мин.  4-5 раз  5 раз  4-5 раз  2-3 раза  3-4 раза  2-3 раза  1-2 раза | Дети строятся в две колонны и выполняют прыжки на двух ногах из ямки в ямку ( остановки или с небольшой паузой перед ямкой), с приземлением на полусогнутые ноги |
|  |