|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Задачи | Содержание НОД | Дозировка | Методические  указания |
| Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. | **1-я часть** Ходьба в колонне по одному; ходьба врассыпную, на сигнал воспитателя: прогулку!» - дети расходятся по всему залу, затем подается команда к бегу врассыпную. Ходьба  и бег проводятся в чередовании. Педагог обращает внимание детей на то, что надо  использовать (по возможности) всю площадь зала, ходить и бегать в разных направлениях.  **2-я часть. Общеразвивающие упражнения**.  1. И. п. - ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Поднять руки к плечам, сгибая в  локтях, опустить руки, вернуться в исходное положение (4-5 раз).  2. И. п. - ноги слегка расставлены, руки за спиной. Присесть, вынести руки впер подняться; вернуться в исходное положение (4 раза).  3. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться вправо (влево) выпрямиться, вернуться в исходное положение (4-6 раз).  4. И. п. - ноги слегка расставлены, руки произвольно вдоль туловища. Прыжки на двух н на месте, в чередовании с ходьбой на месте.  **Основные виды движений.**  **1.Прыжки «Через канавку».** Из шнуров (веревок) на полу выложена «канавка» (ширина 15). Воспитатель показывает и объясняет задание: «Встать около канавки, ноги слегка расставить, немного согнуть колени и прыгнуть, приземлившись на обе ноги». Дети станов\* перед «канавкой», занимают исходное положение и по команде воспитателя перепрыгивают  «канавку». Поворачиваются кругом и повторяют упражнение 8—10 раз.   1. **Катание мячей друг другу «Точно в руки».**   **Подвижная игра «Найди свой цвет».**  **3-я часть**. Ходьба в колонне по одному. | 1 мин.  4-5 раз  4 раза  4-6 раз  8-10 раз  10-12 раз  1-2 раза  1 мин. |  |
| Воспитатель использует шнуры, которые служат «канавкой», они будут ориентиром для детей. Каждая шеренга располагается перед шнура расстоянии 2 м одна от другой. Исходное положение - стойка на коленях, сидя на пятка руках у одной группы детей мячи большого диаметра. По команде воспитателя  прокатывают мячи друг другу, попеременно, энергичным движением рук (10-12 раз). |

**НОД № 25 по физической культуре во 2-й младшей группе ( Пензулаева Л.И.),с 56**