



Послушный мяч

НОД

**по физическому развитию
во 2 младшей группе детского сада.**



воспитатель: Е. А.
Корбелайнен



Послушный мяч

Цель: Формирование навыка направленного броска.

Задачи:

1. Упражнение в ходьбе и беге в разных направлениях
2. Развитие умения действовать по сигналу
3. Формирование умения энергично отталкивать мяч двумя руками при прокатывании и в исходном положении

Место проведения: физкультурный зал

Инвентарь: магнитофон с записью музыкального сопровождения, мячи по количеству детей.

Участники мероприятия: дети 3-4 лет





План проведения :

Вводная часть (2-3 минуты):

- Построение в шеренгу, спортивное приветствие.
- Разминка под музыкальное сопровождение.
- Ходьба в колонне по одному.
- Ходьба на носках, с остановкой по сигналу.
- Ходьба на пятках, с остановкой по сигналу.





Основная часть 12 – 15 мин

ОРУ с мячом

- Ходьба в колонне по одному, с мячом
- И. п. -стоя, ноги вместе, мяч в обеих руках, руки опущены ВНИЗ
- 1-2 вынести руки вперёд, вверх
- 3-4 руки вперёд, вниз.






ОВД

- **«Прокатывание мяча»**

По команде: «покатили!» оттолкнув мяч двумя руками, прокатывают его в прямом направлении, при этом оставаясь в исходном положении. По команде: «догоняем!» - бегут за мячом. Возвращаются на исходную позицию шагом. 2-3 раза

- **«Бросание мяча»**

И.П.: ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди. По команде: «бросок!» дети энергичным движением отталкивая мяч, бросают его вперед. По команде: «догоняем!» - бегут за мячом, стараясь не сталкиваться. Возвращаются на исходную позицию шагом. 2-3 раза



**Подвижная игра для снятия
физической и эмоциональной
нагрузки
«Самолеты»**





Заключительная часть 2-3 мин

Игра малой подвижности на релаксацию,
подведение итогов занятия

