МБДОУ «Арский детский сад №2»

Инструктор по физической культуре Мухаметгалиева Г. И.

Непосредственная организованная образовательная деятельность

 по физической культуре во второй младшей группе. (февраль)

Тема: «День Защитника Отечества»

Спортивная форма: темные шорты, белая футболка, носки, чешки.

Интеграция образовательных областей:

Поощрять двигательную активность детей, в игровых ситуациях (физическая культура), формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх (Безопасность), привлекать к уборке физкультурного инвентаря (Труд), сочетать воздушную ванну с физическими упражнениями (Здоровье), развивать умение ориентироваться в пространстве (Познание).

Задачи: 1. Образовательная:

Закрепить ходьбу и бег по кругу; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжке со скамейки, развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.

2. Оздоровительная:

укреплять здоровье, развивать мышцы ног, брюшного пресса, тренировать органы дыхания.

3. Воспитательная:

воспитывать организованность, самостоятельность, внимание, умение поддерживать дружеские отношения.

Методические приёмы:

- наглядный: показ физических упражнений, звуковой сигнал.

- словесный: название упражнений, описание, объяснение, указание, распоряжение, команды, вопросы к детям, поощрение, похвала.

- практический: повторение упражнений.

- игровой: игровые упражнения.

Структура непосредственной организованной деятельности:

Вводная (3 минуты), основная (9 минут), заключительная (3 минуты).

Способ организации детей: фронтальный.

Предварительная работа: проведение игры “Воробышки и кот” во время прогулки.

Оборудование: обручи, цветные кружки из картона 10 штук, мячи (по количеству детей), маска кота, гимнастические скамейки, флажки.

Подготовка инструктора к нод: план-конспект, музыкальное сопровождение, подбор инвентаря, его размещение, проветривание помещения.

Содержание непосредственной организованной

образовательной деятельности:

Вводная часть – 3 минуты

Инструктор: “В одну колонну становись!”

Построение в одну колонну.

Инструктор: “Здравствуйте дети!”

Дети: “Здравствуйте!”

Ходят дети четко,

В ровном строю.

Очень ребята любят

Армию свою.

Ходьба в колонне по одному под музыкальное сопровождение.

Бег по кругу в колонне по одному, руки в стороны, проговаривание звука у (как “самолеты”)

Инструктор: Скоро наступит праздник День Защитника Отечества! А чтобы быть сильными, как солдаты, нужно делать зарядку. Ребята, сейчас мы сделаем упражнения с флажками.

Инструктор: “Направо! Раз-два! В колонне по одному в обход по залу шагом марш! По очереди взять флажки со скамейки”

Ходьба в колонне по одному, дети по одному берут по два флажка.

Построение в круг.

Инструктор: “На месте стой, раз-два!

Отходим друг от друга так, чтобы не касаться рядом стоящего. Руки опустили.

Основная часть -9 минут

Общеобразовательные упражения (под музыку):

Инструктор:

1. “Салют” Исходное положение – ноги слегка расставить, флажки опущены.1 – поднять руки в вверх, помахать флажками над головой, 2-опустить флажки. Выполняем упражнение в среднем темпе. Дышим через нос. Упражнение начинай.

Упражнение выполняется 5-6 раз.

2. “Спрячем” Исходное положение – стойка ноги врозь, флажки за спину. 1-2 - наклониться вперед, вытянуть руки перед собой, на 3-4 - выпрямится в исходное положение. (5 раз). Колени не сгибаем.

3. “Повороты” Исходное положение –стойка на коленях, руки на поясе, флажки на полу перед собой. 1-2 –повороты вправо (влево); (4 раз) следим за осанкой.

4. “Ноги в стороны” Исходное положение – сидя, флажки на полу у пяток, руки упор сзади. Одну ногу перенести через флажок, затем другую. Так же вернуться в исходное положение. Голову не опускать (5 раз)

5. “Подпрыгивание”. Исходное положение – стойка ноги слегка расставлены, флажки вниз. 3-4 пружинки со взмахом флажков вперед-назад, 10-12 подпрыгиваний. Повторить 3-4 раза.

6. “Дышим”. И.п: то же медленно флажки в стороны и вниз. Повторить 4-6 раз.

Инструктор: “Молодцы, ребята! Все старались! Внимание, в колоннее шагом марш! Флажки положить на место”

Ходьба в колонне по одному.

Основные виды движений:

Инструктор делит детей на две группы.

Перед каждой группой детей раскладываются по 5 плоских кружочков на расстоянии друг от друга (40 см).

Игровое упражнение:

“ Прокати мяч между кружочками”

Инструктор: “Ребята, надо двумя руками прокатить мяч между предметами, в конце поднять мяч над головой и вернуться в конец колонны.”

Инструктор: “1,2,3 - круги на место убери! Айзат и Мурат (первые дети каждой колонны помогают инструктору убрать круги)”

Второе задание:

Прыжки со скамейки.

Инструктор перед каждой группой ставит гимнастическую скамейку.

Инструктор: “Ребята, встали друг за другом. Идем по скамейке, руки в стороны, спину держим прямо, в конце скамейки спрыгиваем на полусогнутые ноги. Приготовились, начали!

Молодцы ребята!”

Подвижная игра “Воробышки и кот”.

Инструктор: “Ребята. Мы с вами поиграем в игру.”

Инструктор: “Какую игру мы с вами играли во время прогулки?”

Дети: “Воробышки и кот.”

Инструктор: “Молодцы! Запомнили.”

Инструктор: “Давайте вспомним правила игры. Выбираем “кота”, остальные -воробышки. Воробышки располагаются по два в каждое гнездо (обруч). По сигналу дети “летят” по залу, на слово “мяу” играющие должны быстро встать в обручи. Игра повторяется.”

Ребята, всем понятно?”

Дети: “Да!”

Инструктор: “Ландыш, как называется игра?”

Ландыш: “Воробышки и кот”

Игра повторяется 2-3 раза.

Инструктор: “Молодцы, ребята! Вы правильно выполнили движения, соблюдали правила.”

Вы будете очень хорошими защитниками Отечества! За это вы получаете заслуженные звезды.

Заключительная часть - до 3 минут.

1. Ходьба в колонне по одному с восстановлением дыхания (в среднем темпе)

Инструктор: Песню запевай.

Дети с песней уходят из зала.