**Тема:** «Будем в мячики играть»

Совместная деятельность с детьми младшего дошкольного возраста

**Проводит:** Легкова Надежда Викторовна \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Цель:** развивать навыки собственного оздоровления; формировать сознательного стремления к здоровью.

**Задачи:**

1. Закреплять умения и навыки работы с мячом.
2. Развивать внимание, ловкость, координацию движений в выполнении заданий с мячом.
3. Формировать взаимного доверия, ответственность за свои действия.
4. Развивать навыки собственного оздоровления, улучшать физическое и эмоциональное состояние детей.

**Технология:**

* самомассаж

**Предварительная работа:** разучивание с детьми игр со словами.

**Используемый материал:**

* магнитофон
* колючие мячи по кол-ву детей
* дорожки здоровья
* маленькие колючие и гладкие мячи

Ход мероприятия:

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание | Примечание |
| 1 часть:**Самомассаж лица «Здравствуйте»**Дети сидят в кругу на коленях.

|  |  |
| --- | --- |
| Здравствуйте, наши ручки,Хлоп - хлоп. Хлоп - хлоп!Здравствуйте, наши ушки,Ух - ух! Ух – ух! Здравствуйте, наши глазки.Хлоп – хлоп! Хлоп – хлоп!Здравствуй, носик,Би – би - би. Здравствуйте, наши щечки.Да – да – да! Здравствуй, наша борода.Да – да – да! | Хлопают в ладошиАккуратно тянут ушки в сторонуОткрывают и закрывают глазаУказательным пальцем нажимают на кончик носаКруговые поглаживания щекМассируют подбородок |

- Посмотрите, у нас сегодня в зале появились интересные дорожки, давайте пойдем по ним и посмотрим, куда они нас приведут.**Ходьба друг за другом по массажным дорожкам (массаж стоп)**Раз, два, раз, два,Дружно весело шагаем,Раз, два, раз, два,Ножки выше поднимаем,На носочках мы пойдем,Все дорожки обойдемИ на пяточках пойдемМы в пути не пропадем.Дети останавливаются по кругу на массажных ковриках. По хлопку дети имена, которых назвали, меняются местами.По дорожкам шли – шли, мячики колючие мы нашли.**2 часть:** **ОРУ с предметом (колючие мячики) под музыку с элементами самомассажа.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание | Дозировка |
| 1234567 | И.п.- ноги вместе, руки с мячом перед лицом.1. – полуприсед, наклон головы вправо
2. – и.п.
3. –полуприсед, наклон головы влево
4. – и.п.

И.п.- ноги на ширине плеч, мяч внизу.1. –мяч вперед, руки вперед
2. –мяч вверх, руки вверх
3. –мяч вперед, руки вперед
4. – мяч вниз, руки вниз

И.п.- ноги врозь, руки с мячом перед собой.1. - наклон вперед, руки с мячом вперед.
2. - вернуться в и.п.

И.п. - ноги врозь, руки с мячом перед собой.Катаем мяч вокруг туловищаИ.п.: - ноги вместе, руки с мячом перед собой.1-4. – катим мяч по ногам вниз до пола5-8 – катим мяч по ногам вверх9-12 – катим мяч вверх по туловищу, прячем за голову12-16 – катим мяч в и.п.И.п.- мяч держим между ног, руки на поясе1-4 – 4 шага вперед5-8 – 4 шага назадИ.п.- мяч держим между ног, руки на поясеПрыжки на двух ногах | 424222 |

Будем с мячиком играть, будем мячики бросать.**Основные движения**:Броски мяча вдаль, по сигналу дети бегут за мячом, обратно возвращаются, катая мяч между ладоней.**Массаж спины в кругу с использованием колючих мячей.**Дети стоят друг за другом «паровозиком», катают мячики по спине впереди стоящего ребенка, под текст.Будем мячик мы катать,Будем спинку щекотать,Мячик вверх и мячик вниз.Мячик вверх и мячик вниз.А потом по кругуДружно покатаем.Будем в мячики играть,Будем спинку щекотать.**Массаж стоп ног с использованием колючих мячей.**Дети сидят на скамейке, руками, хват сверху, держаться за дальний край скамейки.Будем мячики катать,Будем ножки щекотать,Мяч вперед и мяч назад (3 раза)А потом по кругу дружно покатаем (3 раза) Мячик вверх поднимем,Мячик вниз опустим(3 раза)Будем мячики катать,Будем ножки щекотать.**Прокатывание мячей по скамейке одной рукой (правой и левой), по окончанию упражнения складывают мячи в корзину.**Будем в мячики игратьПо скамейки их катать.В большие мячики поиграли и маленькие увидали. Смотрите они разные. Чем отличаются маленькие мячики (цветом, одни колючие, другие гладкие).**Игра «Мячики»**Дети стоят в кругу, у каждого ребенка в руках мячик гладкий или колючий. Под музыку дети передают мячики, по окончанию музыки останавливаются, и показывают мячик с заданным качеством. Пр.: «У кого колючий мячик?», «У кого гладкий мячик?» и т.д.**Зрительная гимнастика с метанием**Дети стоят в кругу, в руках у каждого ребенка маленький мячик. Посреди круга большая корзина. В руки мячик вы возьмите,На него вы посмотрите,Вверх его вы поднимите,На него вы посмотрите,Вниз его вы опустите,На него вы посмотрите,Мячик – вправо,Мячик – влево,Нарисуем круг умело,Мячик близко,Вот вдали,Ты внимательно смотри,Быстро, быстро вы моргайте,Глазки дружно закрывайте,Глазки дружно открывайте,Дружно цельтесь.Попадайте.- Молодцы, какие вы меткие.**Самомассаж «Хорошие детки»**Дети садятся в круг на коленки. Гладят у себя то, что называем.Мы играли, ручки нам помогали,Хорошие ручки у хороших деток.Мы играли, ножки нам помогали,Хорошие ножки у хороших деток.Хорошие ушки у хороших деток.Хорошие носики у хороших деток.Хорошие головки у хороших деток.- А в какие игры мы играли? Какие мячики нам помогали? (ответы детей)Хорошо поиграли, но нам пора прощаться и возвращаться по дорожке обратно.Вверх ладошки подниму и ладошками машу, Всех за все благодарю,До свиданья говорю!Дети по массажным дорожкам выходят из зала. |  |

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

 детский сад №2 комбинированного вида Петродворцового района

Санкт - Петербурга

**Конспект совместной деятельности инструктора физического воспитания с детьми младшего дошкольного возраста**

**Тема: «Будем в мячики играть»**

**Технология:**

* **самомассаж**

**Проводит: Легкова Надежда Викторовна** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

