**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 ладоши  Аккуратно тянут ушки в сторону  Открывают и закрывают глаза  Указательным пальцем нажимают  на кончик носа  Круговые поглаживания щек  Массируют 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 обойдем  И на пяточках пойдем  Мы 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 | | 1  2  3  4  5  6  7 | 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 туловища  И.п.: - ноги вместе, руки с мячом перед собой.  1-4. – катим мяч по ногам вниз до пола  5-8 – катим мяч по ногам вверх  9-12 – катим мяч вверх по туловищу, прячем за голову  12-16 – катим мяч в и.п.  И.п.- мяч держим между ног, руки на поясе  1-4 – 4 шага вперед  5-8 – 4 шага назад  И.п.- мяч держим между ног, руки на поясе  Прыжки на двух ногах | 4  2  4  2  2  2 |   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 кругу  Дружно 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 играть  По 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** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

