

Непосредственно образовательная деятельность детей физическая культура «Разноцветные мячики»

В нашей группе № 2, дети очень полюбили занятия с разноцветными мячиками. Данное занятие способствует развитию сенсорных способностей детей, а так же воспитывает желание заниматься, узнавать что – то новое.

Малыши знакомятся с формой, цветом предмета, а так же помогают развивать не только мелкую моторику, но и мышление, память, усидчивость. Каждое упражнение проходит в игровой форме. Ребята стараются повторять и выполнять то, что им показывает воспитатель.

На занятии используется комплекс упражнений, который начинается с сюрпризного момента. В гости к ребятам приходит большой красивый, цветной мяч:

Друг веселый, мячик мой!
Всюду, всюду он со мной!
Раз, два, три, четыре, пять,
Хорошо мне с ним играть!

1. Крутим мячик между ножек с начало одной рукой, затем другой рукой 5-6 раз.



2. Прокатываем мячик в перед на вытянутую руку (вперед – назад) 5 – 6 раз.
3. Ноги вместе, мячик прокатываем от туловища к ступням ног. 5 – 6 раз.



4. Ноги вместе, согнуты в коленях (делаем воротца) прокатываем мяч вправо - влево 5 – 6 раз.



5. Прокатываем мячик от ступней к горлышку и стараемся поддержать его бородкой



несколько секунд, 5- 6 раз.

6. Мяч движется по руке от кисти до плеча и попадает подмышку (находится там несколько секунд), затем рука меняется, 5 – 6 раз.



7. Берем мячик двумя руками и подбрасываем вверх, 5 -6 раз.



8. Берем мяч в правую руку, поднимаем вверх и перекладываем его из одной руки в другую



9. Встаем, кладем мячик перед собой и стараемся перепрыгнуть через него вперед.



10. Берем мяч в правую руку и бежим с ним по кругу, не наталкиваясь друг на друга.



Закончив комплекс упражнений ребята складывают разноцветные мячики в коробочку.



Малыши с нетерпением ждут следующего занятия. Такой комплекс упражнений, уважаемые родители вы можете проводить дома, закреплять с детьми, умения и навыки обращения с мячом.

Удачи и всего хорошего!