НОД в младшем дошкольном возрасте

Ходьба на носочках, руки подняты вверх

Ходьба на пятках, руки на пояс

Ходьба с высоким поднимание колен, руки за спиной.

Общеразвивающие упражнения с игрушкой

1. Ноги на ширине плеч

Руки с игрушкой вытянуты в перед

1-прижать игрушку к груди

2-вернуться в исходное положение

1. Ноги на ширине ступни

Руки с игрушкой прижаты к груди

1-поворот вправо, пружинка

2-выпрямиться

3-поворот влево

4-выпрямиться

1. Сидя на полу, ноги врозь

Руки с игрушкой вверху

1-наклониться вперед, коснуться игрушкой пола

2-выпрямиться

1. Посадить игрушку на пол

Руки свободны

Прыжки вокруг игрушки в правую сторону

Затем в левую сторону

Подвижная игра «Веселые пакетики»

Надуть пакет по количеству играющих. Если играющих больше двух, то заранее договориться кто с кем будем меняться местами.

По команде, подбросить пакет вверх, поменяться местами и поймать пакет товарища.