

## Заняття № 36

### Мета:

Вчити дітей просуватися, перестрибуючи з ноги на ногу; вправляти в киданні та ловінні м'яча; ходьбі з мішечком а голові; закріплювати вміння стрибати на двох ногах; розвивати уважність, координацію рухів, рівновагу, сміливість.

#### » Комплекс ЗРВ «Іграшковий калейдоскоп»

##### 1. «Неваляйки»

В. п. — ноги разом, руки опущені вздовж тулуба. 1 — нахилити голову вліво, підняти ліве плече, 2 — в. п., 3-4 — те саме. Повторити по 5 разів у кожен бік.

##### 2. «Іграшки вітаються»

В. п. — ноги разом, руки перед грудьми. 1 — руки вгору, ліва нога на носок назад, прогнутися в спині, 2 — в. п., 3 — руки вгору, права нога на носок назад, 4 — в. п. Повторити 4 рази кожною ногою.

##### 3. «Жирафи»

В. п. — о. с., руки вниз. 1 — нахил тулуба вперед, 2-3 — дрібні кроки і присідання, 4 — в. п. Потім те саме, тільки кроки назад. Повторити 7 разів.

##### 4. «Роботи»

В. п. — ноги разом, руки зігнуті в ліктях, з'єднані перед грудьми. 1 — виставлення лівої ноги на п'ятку вліво, нахилитися і дотягтися до носочка,

2 — в. п., 3 — виставлення правої ноги на п'ятку вправо, нахилитися і дотягтися до носочка, 4 — в. п. Повторити по 6-7 разів кожною ногою.

##### 5. «Човники» (виконується в парах)

В. п. — ноги разом, руки з'єднані, розведені в сторони «човником». 1 — легке напівприсідання з нахилом тулуба вліво (човники пливають), 2 — в. п., 3 — легке напівприсідання з нахилом тулуба вправо, 4 — в. п. Повторити 6-7 разів у кожен бік.

##### 6. «Іграшкові каруселі»

В. п. — о. с., руки опущені. 1 — нахилитися вперед, підняти праву ногу назад, на 2-3 — утриматись у цій позиції, 4 — в. п. Потім повторити те саме лівою ногою.

##### 7. «Танок іграшок»

Стрибки зі схрещуванням ніг, у чергуванні з дрібними кроками з поворотом навколо себе. В. п. — ноги разом, руки опущені вниз. 1-8 — стрибки зі схрещуванням ніг, 9-16 — кружляння на прямих ногах, дрібним кроком навколо себе.  
— На місці кроком руш! Кругом!

### Завдання:

- перестрибувати з ноги на ногу;
- кидання та ловінні м'яча;
- ходьба з мішечком а голові;
- стрибки на двох ногах.