

Заняття № 48

Мета:

Продовжувати вчити дітей стрибати в глибину з куба; метати м'яча обома руками з-за голови на дальність; закріплювати навички ходьби по прямій, переступаючи через предмети; розвивати окомір, влучність, силу, орієнтування у просторі.

» Комплекс ЗРВ «На подвір'ї»

1. «Напоїмо тварин»

В. п. — о. с.

1 — підняти руки вперед («напоїти конячку з відра»); 2 — опустити руки вниз; 3-4 — те саме.

ОМВ. Повторити 6 разів.

2. «Півники»

В. п. — зімкнута стійка, руки на поясі.

1-2 — підняти одну ногу, зігнуту в коліні, утриматися кілька секунд у такому положенні та опустити ногу; 3-4 — те саме другою ногою.

ОМВ. Повторити по 3 рази кожною ногою.

3. «Нагодуймо кроликів»

В. п. — о. с.

1-2 — нахилити тулуб уперед (імітація збирання травички), а потім випрямитися, руки витягнути вперед перед собою («нагодувати конячку»); 3-4 — те саме.

ОМВ. Повторити 6 разів.

4. «Конячки»

В. п. — о. с, руки зігнуті в ліктях.

1-4 — пружно напівприсісти, витягнути одну ногу вперед і тричі підняти та опустити.

ОМВ. Повторити по 3 рази кожною ногою.

5. «Кізоньки стрибають»

В. п. — о. с., руки на поясі.

ОМВ. Діти виконують підскоки на місці, по чергово змінюючи ноги. Повторити 8 разів.

» Ходьба у повільному темпі на носочках (на п'ятах).

Завдання:

- стрибати в глибину з куба;
- метати м'яча обома руками з-за голови на дальність;
- ходьба по прямій, переступаючи через предмети.