

ЗРВ із скакалками "Ліани"

Мета заняття: вправляти дітей у вмінні спускатися по драбині; вправляти в стрибках з ноги на ногу з просуванням уперед та стрибках у довжину з місця, підкиданні м'яча; закріплювати навички ходьби та бігу; розвивати окомір, спритність, уважність; виховувати дружні стосунки.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

в шеренгу

в чотири колони через центр

Комплекс ЗРВ "Ліани"

Ходьба:

звичайна чергується з різними видам ходьби

на носках

в напівприсяді

спиною вперед

Біг:

звичайний, урозтіч за сигналом

Вправи в основних рухах:

лазіння по канату;

підкидання малого м'яча;

стрибки в довжину з місця та з ноги на ногу з просуванням уперед

Рухлива гра: "Хто швидше добіжить до прапорця"

Мета: удосконалювати навички ритмічної ходьби та бігу; виховувати рішучість та орієнтування в просторі.

Хід гри. За сигналом вихователь викликає дітей до лінії старту. За сигналом діти біжать до прапорців, проповзають під дугами, беруть їх, піднімають угору, кладуть на місце і повертаються тим же шляхом назад. Виграє гравець, який першим повернувся до команди.

На лінію старту виходять інші діти. Гра закінчується, коли зіграють усі діти. Виграє команда, в якій більшість дітей прибігли першими (рис. 9).

Заклучна частина:

Психогімнастика "Струмочок мого настрою"

