

### ЗРВ «Пробудження природи»

- **Мета заняття:** вчити дітей утримувати рівновагу під час ходьби по канату; стрибати з обруча в обруч на двох ногах; перекидати м'яч в парах; розвивати спритність, уважність, швидкість; виховувати дружні стосунки.

### Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- направо, наліво, кругом,
- в дві колони через центр

### Комплекс ЗРВ «Пробудження природи»

#### Ходьба:

звичайна чергується з різними видам ходьби, дрібним кроком, широкими кроками, зі зміною напрямку;

#### Біг:

звичайний, зі зміною напрямку.

### Вправи в основних рухах:

- ходьба по канату;
- стрибки з обруча в обруч на двох ногах;
- перекидати м'яч в парах

### Рухлива гра: «Зайці і вовк»

*Мета:* удосконалювати навички стрибків на обох ногах і швидкого бігу; розвивати увагу та спритність.

*Обладнання:* спортивний майданчик, маска вовка.

*Хід гри:*

На одному кінці майданчика (зали) — «ліс». З-поміж дітей вихователь обирає «вовка», який ховається за «кущем» (стілцем). Решта дітей — «зайчики» стоять на протилежному боці майданчика за лінією.

Вихователь

*Ось зайчики сіренькі по лісу стрибають,  
(діти бігають усім майданчиком (залом) та стрибають)*

*Дуже вони обережні, на вовка чекають!*

*Пострибали зайці трішки, та втомилися і сплять,*

*Тільки вушка їх довгенькі із-за кущиків стирчать.*

*(Діти присідають, удають, ніби сплять.)*

*Зайчики, поспішайте,*

*Вовк за деревом, тікайте!*

«Зайчики» прокидаються і тікають, а «вовк» ловить їх.

Згодом обирають іншого «вовка», і гра повторюється.

**Заклучна частина:** Шикування в колону. Ходьба по колу, по «доріжці здоров'я», у повільному темпі.