

ЗРВ "Водії"

Мета заняття: продовжувати учити дітей стрибати у висоту на місці, намагаючись дістати предмет; вправляти в прокоченні м'яча між предметами; ходьбі та бігу по гімнастичній лаві; розвивати спритність, рівновагу, увагу, координацію рухів; виховувати дружні стосунки.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- в колону по одному
- в три колон за ведучим

Комплекс ЗРВ "Водії"

Ходьба:

звичайна чергується з різними видами ходьби,
з перекатом з п'ятки на носок
зі зміною темпу,
широким і дрібним кроком,

Біг: на носках,
між предметами

Вправи в основних рухах:

- стрибки у висоту на місці, намагаючись дістати предмет;
- прокочення м'яча між предметами;
- ходьба та біг по гімнастичній лаві.

Рухлива гра: "Транспорт"

Мета: розвивати у дітей увагу, вміння розрізняти види транспорту, діяти за зоровим сигналом. Вправляти дітей у ходьбі, удосконалювати вміння бігати.

Хід гри

Зелений сигнал світлофора, всі марширують на місці (починати треба з лівої ноги), коли жовтий - плескають у долоні, а коли червоний - стоять нерухомо. Той, хто переплутає сигнал, робить крок назад.

Заклучна частина:

Ходьба звичайна, навшпиньки.

Біг легкий із присіданням

Вправи на відновлення дихання