

Заняття № 7

Мета:

Розучити з дітьми комплекс загально розвивальних вправ «Кумедні тваринки»; продовжувати розвивати вміння стрибати на двох ногах вгору; вправляти у ходьбі з переступанням через предмети, у перестрибуванні через лінії; продовжувати розвивати вміння ходити і бігати по прямій, увагу, орієнтацію у просторі.

» Комплекс ЗРВ «Кумедні тваринки»

1. «Півник»

В. п. — основна стійка.

1-2 — підняти руки вгору;

3-4 — в. п.

ОМВ. Повторити 4-6 разів.

2. «Індик»

В. п. — основна стійка.

1 — підняти зігнуту в коліні ногу, руки в сторони;

2 — в. п.

ОМВ. Повторити 4-6 разів.

3. «Цуценя»

В. п. — упор присівши, голова опущена.

1-2 — розправляючи ноги, вигнути спину, сказати: «Р-р-р!»;

3-4 — в. п.

ОМВ. Повторити 4-6 разів.

4. «Кішка»

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

1 — присісти, підняти руки вперед;

2 — в. п.

ОМВ. Повторити 4-6 разів.

5. «Козенятко»

В. п. — основна стійка, руки зігнуті в ліктях.
Стрибки на двох ногах.

ОМВ. Виконати 16 стрибків.

Завдання:

- стрибати на двох ногах вгору;
- ходьба з переступанням через предмети, перестрибування через лінії;
- вміння ходити і бігати по прямій.