

ЛЮБИМЫЕ ИГРУШКИ МЯЧИ И ПОГРЕМУШКИ...»

Цель: учить детей ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; бросать мяч вперед из-за головы; развивать умение прыгать на двух ногах на месте; закреплять навыки ползания; развивать желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры.

Оборудование: погремушки по количеству детей, мячи среднего размера, кирпичики, дуги, медальоны с изображением птиц.

I часть

Воспитатель раздает погремушки детям. Ходьба и бег (30 секунд) по залу, звеня погремушками. Ходьба с замедлением темпа.

Погремушки у ребят очень весело гремят,

Очень весело гремят погремушки у ребят.

II часть ОРУ с погремушками

1. И. п.: стоя, ноги свободно, погремушка в одной руке. Поднять руки с погремушкой вверх, потрясти ее, опустить вниз. Переложить погремушку в другую руку и выполнить то же упражнение. (4 раза каждой рукой)

2. И. п.: стоя, руки на поясе, погремушка на полу. Ритмичные полуприседания и выпрямления («пружинки»). Выполнить 3 – 4 полуприседаний, взять погремушку. (3-4 раза)

3. И. п.: стоя, ноги свободно. Вытянуть руки вперед («покажи погремушку»). Руки спрятать за спину («нет погремушки»). (5-6 раз)

4. И. п.: стоя, ноги свободно. Присесть, постучать погремушкой об пол, выпрямиться. (3-4 раза)

5. И. п.: сидя. Наклоны, достать погремушкой пальцы ног, выпрямиться. (3-4 раза)

6. И. п.: стоя, руки на поясе. Прыжки на двух ногах (30 секунд).

7. Спокойная ходьба за воспитателем с погремушками по залу.

Тихо мы идем,

Погремушки уберем (складывают в корзину).

Основные движения

Упражнения с мячами.

Воспитатель показывает мяч детям:

Отгадай кто я таков? Я с тобой играть готов.

То качусь я, то скачу, а подбросишь – полечу. (Мяч)

Раздает детям мячи, показывает, как нужно выполнять бросок мяча вперед из-за головы, дети выполняют бросок, затем догоняют мячи. Повторяют упражнение два-три раза.

Дорожка препятствий.

Пройти по трем кирпичикам поднимаясь на них и спускаясь. Проползти под дугами. (дорожку пройти 3-4 раза)

Подвижная игра «Птички летают» (воспитатель одевает на детей медальоны с изображением птичек).

В небе высоко птички летают.

(сделайте вид, будто вы летаете)

В гнездышке теплом они отдыхают.

(сядьте, как будто вы отдыхаете в гнезде)

Крылья сложили, глазки сомкнули,

(сложите руки рядом, как крылья)

За день налетавшись, тут же уснули.

(притворитесь спящими)

Солнышко встало,

(поднимите вверх руки в виде круга)

Тепло улыбнулось,

(улыбнитесь пошире)

«Доброе утро!»

Птички проснулись. (игру повторить 2-3 раза)

III Заключительная часть

Игра малой подвижности «Пузырь». Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок.

Раздувайся, пузырь,

Раздувайся большой,

Ост00000\$авайся такой

Да не лопайся.

Дети отходят назад, держась за руки, до тех пор пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!». Тогда они двигаются к центру круга, произнося звук «ш-ш-ш»- воздух выходит. Произносить текст воспитатель должен медленно, четко, ясно, привлекая внимание играющих детей. Игра повторяется два – три раза.