Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.

|  |  |
| --- | --- |
|  **Действия взрослого** | **Действия ребенка** |
| «Подойди ко мне, дружок.Соберемся все в кружок.И друг другу улыбнемся.Здравствуй, друг. Здравствуй, друг!»Давай обнимемся и поприветствуем друг друга. Доброе утро! Я желаю тебе дружно и весело провести этот день. | Приветствие друг друга  и сказать до6рые пожелания. |
| Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.Упражнение с мячом.«Мяч вверх». И.п. ноги слегка расставлены, мяч внизу,  1-2 – поднимаясь на носки, мяч поднять верх; 3-4 – вернуться в И.п.  Д.- 7 раз.«Поворот в стороны». И.п. ноги на ширине плеч, мяч перед грудью в вытянутых руках. 1,3 – повернуться вправо; 2,4 – вернуться в И.п.   Д-7 раз. «Положи мяч».  И.п. ноги на ширине плеч, мяч внизу.   1-2 наклоняться вперед, положить(взять) мяч. 3-4 – И.п.  Д-7 раз.«Пружинки» И.п. ноги – пятки вместе, носки врозь, мяч впереди.  3 раза слегка присесть, 4 – И.п.   Д-7 раз«Мяч к груди». И.п. сидя, ноги врозь.  1 – согнуть руки с мячом в локтях,  2- И.п.      Д-7 раз«Посмотри на мяч». И.п. лежа на спине, мяч у груди  1-2 – медленно поднять вверх, посмотреть.  3-4 – И.п.      Д-7 раз«Прыжки вокруг мяча».  И.п. о.с.  руки на поясе.   Прыжки на двух ногах вокруг мяча в обе стороны. Перед прыжками в другую сторону небольшая пауза. Д- 3х8-10 р Бег быстрый по кругу с переходом на медленный. Ходьба.  Дыхательное упражнение «Надуем мяч». https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/118e/00156e4d-65325b5f/img8.jpgОсновные виды движений.Прыжки в длину с места (5-6 раз).Метание мешочков в горизонтальную цель (3-4 раз). | Ходьба и бег по кругу с выполнением заданий.Прыгать в длину с места и метать мешочки в горизонтальную цель. |
| **Предлагаю провести пальчиковую гимнастику:**«Посчитаем в первый раз, *(Попеременные хлопки ладонями и*Сколько обуви у нас.  *удары кулачками по столу.)*Туфли, тапочки, сапожки *(На каждое название обуви загибают*Для Наташки и Сережки, *по одному пальчику, начиная*Да еще ботинки *с большого.)*Для нашей Валентинки,А вот эти валенкиДля малышки Галеньки». | Выполнение пальчиковой гимнастики. |