

## Тема: «Снайпер»

**Цель:** Закреплять умение бросать мяч из-за головы на дальность, катать мяч друг другу.

Пособия: Средние мячи по количеству детей, 2 длинные веревки.

Содержание занятия и методика его проведения.

Первая часть. Ходьба и бег в колонне по одному. Воспитатель напоминает, что бегать и ходить надо так, чтобы не наталкиваться друг на друга, не обгонять впереди идущего. По указанию воспитателя взять мячи и повернуться к воспитателю.

Вторая часть. I. Общеразвивающие упражнения (с мячом).

1. И. п.: стоя, мяч держать обеими руками внизу. Поднять руки\*вверх, опустить. Повторить 4-5 раз.

2. И. п.: сидя, ноги широко расставить, мяч держать обеими руками.

Наклониться, вперед, стараться не сгибать ноги, коснуться мялом, пола, выпрямиться. Повторить 3-4; раза.

3. И. п.: сидя, ноги вместе, мяч в обеих руках, на коленях. Повернуться, в одну сторону, коснуться мячом пола, выпрямиться. То же выполнить, в другую-сторону. Повторить 4-6 раз.

4. Покоски на месте, на двух ногах (мяч лежит на полу у ног ребенка)- «Прыгать легко, как мяч» (20-25 сек). Взять мяч. Ходьба друг за другом. Перейти к месту для выполнения метания.

II. Упражнения в основных видах движений. Бросание мяча вдаль, из-за головы. Дети выполняют упражнение все вместе 4-6. раз. Следить, чтобы во время броска дети слегка расставили ноги, мяч держали, обеими руками, делали энергичный замах и бросок вперед, как можно дальше. После броска дети бегут за мячами, берут любой мяч и возвращаются на место для повторения упражнения- Катание мяча друг другу, сидя, ноги врозь. Упражнение выполняют все дети одновременно 10-12 раз. Малыши, садятся друг против друга, на расстоянии 1-1,5 м. Воспитатель напоминает: «Катать мяч. надо прямо»- он обращает внимание детей на энергичный, толчок обеими руками одновременно.

Ходьба на четвереньках между двумя параллельными веревками, расстояние, между ними. 35-30 см - «Кошка идет по дорожке». Упражнение дети выполняют друг за другом 2-3 раза.

III. Подвижная игра «Жуки». Повторить 2-3 раза. Третья часть. Ходьба в колонне, по одному. Ходьба на носках и обычным шагом.