

Тема: «В цирке»

Цель: Учить бросать мяч вверх и вперед, совершенствовать ходьбу по наклонной доске, способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости.

Пособия. По 2 кубика и по 1 мячу на каждого ребенка,

1- 2 наклонные доски, волейбольная сетка или лента и 2 стойки.

Содержание занятия и методика его проведения.

Первая часть. Ходить и ритмично ударять кубик о кубик. Бег в колонне по одному.

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

1. И. п.: стоя, ноги немного расставить, в каждой руке держать кубик.

Поднять руки в стороны-вверх, ударить кубик о кубик, опустить руки вниз.

Повторить 4-5 раз. Упражнение выполнять в спокойном темпе.

2. И. п.: лежа на животе, руки с кубиками согнуты у плеч. Вытянуть руки вперед, смотреть вперед, несколько приподнять верхнюю часть туловища от пола - «Показать кубик воспитателю», вернуться в исходное положение - «Спрятать кубики». Повторить 4-5 раз.

3. И. п.: сидя, ноги вместе, руки с кубиками на коленях. Повернуться в одну сторону, стараться не сгибать ноги в коленях, постучать кубиками об пол у бедра, вернуться в исходное положение. То же выполнить в другую сторону.

Повторить

2- 3 раза в каждую сторону.

4. Пскоки на двух ногах на месте (20-30 сек). Спокойная ходьба друг за другом. Положить кубики.

II. Упражнения в основных видах движений. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. Дети выполняют упражнение по одному друг за другом самостоятельно 2-3 раза. Во время ходьбы по доске держать руки в стороны, идти смело, не торопиться.

Бросание мяча вверх и вперед через сетку или ленту. Выполнять задание одновременно; всей подгруппой 8-12 раз. Воспитатель расставляет детей по одной или по обе стороны сетки, расположенной на уровне глаз ребенка. У каждого мяч. Дети используют все усвоенные виды метания: от груди, из-за головы, снизу. Бросок выполнять только по сигналу воспитателя, затем малыши догоняют мячи и возвращаются на свое место.

III. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль». Повторить 2-3 раза.

Третья часть. Ходьба в рассыпную и парами.