Приложение № 7

 Непосредственно-образовательная деятельность.

 Физическая культура.

Литература: Г.И. «Занятия с детьми 3-4 лет» первые шаги в математику, развитие движений. М. Творческий центр, 2010 г.

 Задачи: закреплять умения метать вдаль одной рукой, прыгать в длину с места; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.

 Оборудование: Мешочки с песком по количеству детей, маленький обруч.

 Ходьба и бег в колонне по одному и врассыпную.

 Общеразвивающие упражнения (с мешочками с песком)

1. И. п.: сидя, ноги вместе, мешочек в одной руке. Поднять руки в стороны и вверх , переложить мешочек в другую руку, опустить руки вниз. Повторить 4-5 раз.
2. И. п.6 стоя свободно, мешочек в обеих руках. Присесть , положить мешочек на пол, выпрямиться и показать руки; по сигналу воспитателя присесть, взять мешочек и выпрямиться. Повторить 4-5 раза одной, затем другой рукой,
3. И.п.: сидя, ноги врозь, мешочек держать одной рукой между ног. Наклоняясь вперед, скользить мешочком по полу между ног, вернуться в и.п.Повторить упражнение 4-5 раза одной, затем другой рукой.
4. Подскоки на двух ногах с продвижением вперед (30-40 с) Мешочек держать в одной руке.
5. Спокойная ходьба в колонне по одному. Положить мешочки.

 Основные виды движений

 Дети выполняют бросание мешочков вдаль на расстояние 2,5 – 3 м. все одновременно по 3-4 раза каждой рукой. Перед каждым броском воспитатель следит , чтобы дети стояли удобно, не мешали друг другу. Бросать только по его сигналу, после того когда он проверит, все ли дети правильно держат мешочек в указанной руке.

 Все дети прыгают в длину с места на двух ногах одновременно (7-8 раз) Воспитатель обращает их внимание на отталкивание и приземление на обе ноги. Напоминает, что прыгать следует как можно дальше.

 Подвижная игра «Ниточка накручивается»

 Детям показывают катушку и объясняют, как на не. наматывают ники. Предлагают изобразить, как это происходит. Все берутся за руки: тот, кто стоит первым, будет выполнять роль «катушки». Он стоит в середине комнаты и крепко держит за руку второго ребенка, а тот – третьего и тд. Получилась «ниточка».

 Воспитатель, взяв за руку последнего ребенка, ведет всех по кругу до тех пор, пока вся «нитка» не намотается на «катушку»

 Дети (двигаются приставным шагом). Ниточка, ниточка накручивается!

 Потом «ниточка»разматывается, дети идут назад, не отпуская рук, повторяя считалку.

 Ниточка, иголочка,

 Ти-ти , улети.

 Обратно ко мне прилети!

 Ходьба друг за другом с замедлением темпа.