Через речку пошел в - брод.

1. Ходьба обычным шагом:

Мишка шел, шел, шел,

На лужайку он пришел,

1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед:

Он попрыгал на лужайке Быстро, ловко, словно зайка.

1. Легкий бег:

А потом он побежал...

И листочки в руки взял.

(Подбегают к листьям, останавливаются и берут их в руки.)

Комплекс О.Р.У. (с осенними листьями).

Воспитатель: А теперь, ребята, давайте поиграем с этими осенними листьями.

Ветерок качает листья деревьев.

И.п.: стоя, руки с листьями опущены вдоль туловища.

--Покажем, как деревья машут листьями. Поднимем руки через стороны вверх, помашем листьями над головой, опустили руки. (5-6 раз).

1. Ветер качает деревья.

И.п.: то же.

--Покажем, как качаются деревья, когда дует сильный ветер. Подняли руки вверх, делаем наклоны вправо- влево, опустили руки. (5-6 раз).

1. Листопад.

И.п.: то же.

--Покажем, как опадают листья с деревьев. Подняли руки вверх, присели, опуская руки, коснулись листьями пола, выпрямились. (5-6 раз).

1. —А теперь поднялся сильный ветер, подул на наши листья и они полетели.(Легкий бег на носочках). Закружил их (кружатся на месте вокруг себя).(2 раза).
2. --Ветер стих, листья успокоились. Теперь мы сами сделаем ветерок.(Упражнение на дыхание). Согнули руки в локтях перед грудью и подули на листья.(2-3 раза). --Молодцы! Давайте соберем листья в корзину и продолжим нашу прогулку. Мы отправляемся с вами дальше в наш таинственный лес, но будьте внимательны, на пути нам встретится много преград. Мы пройдем по узким дорожкам, перейдем по мосту через овраг, перепрыгнем с кочки на кочку, чтоб не упасть в топкое болото, заглянем в норку. А потом снова поиграем. Ну, что в путь!

II. Основные виды движений.

Круговая тренировка: Ходьба в колонне по одному с сохранением равновесия: по массажным коврикам, по бревну, прыжки по мягким модулям, ползание в туннеле, ходьба по ребристой дорожке (повторить 2-3 раза).