|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части занятия, содержание** | **Дозировка** | **Игровая мотивация** | **Организационно-педагогические указания** |
| **Вводная часть.****Построение в шеренгу** Перестроение в колонну по одномуХодьба друг за другом в колонне по одному**Ходьба змейкой между предметами на пятках****Ходьба по кругу обычная****Ходьба на носках.****Ходьба с приседанием****Легкий бег****Ходьба обычная****Построение в круг****Основная часть** *Комплекс ОРУ***1**.И.п. ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища;1-    встать на носки, ребро правой ладони поднести ко лбу,-    и.п.3-4- то же в другую сторону**2.**И.п. ноги на ширине ступни, руки на поясе;1-    вытянуть прямые руки вверх (шея жирафа), кисти рук опустить вниз (голова жирафа)2-    и.п.3-4- то же самое**3.**И.п. полуприседя, руки согнуты в локтях.Ходьба по кругу на счет 1-8 и в обратном направлении**4.** И.п. сидя на полу упор сзади руками;   1- свернуться в клубочек   2- и.п. 3-4- то же самое**5. И.п. ноги на ширине ступни, руки на поясе.**Прыжки на двух ногах, в чередовании с ходьбой.***Основные виды движений*****1.** Подлезание под дугу правым и левым боком (подгрупповой).**2. Хождение по доске (подгрупповой)****(ш.- 25 см, длина-2-3 м.)-2 одинаковые доски.****3. П /Игра** **«Попрыгаем как зайки»****Заключительная часть****М П/ Игра «Найдём зайчонка»****Построение в шеренгу*****Итог занятия*****Ходьба обычная** | **3 мин****20 сек****10 сек** **15сек** **1 раз** **20 сек** **20 сек** **15 сек****20 сек****30 сек****15 сек****15 сек****11 мин****4-6 раз****20 сек****4-6 раз****20 сек****4-6 раз****30 сек****4-6 раз****20 сек****8-12 прыжков****2 подхода****30 сек****2 -3 раза****3 мин****2-3 раза****3 мин****2-3 раза****3 мин****1 мин**20 сек10 сек20сек10 сек | - Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами отправимся в зоопарк посмотреть на животных.Повернитесь все к окошку.В зоопарк гулять пойдем,Всех животных там найдем.Там есть слон, гиппопотам,Будут рады они нам!Бурый мишка там живётИ детишек в гости ждет.Побежать нам нужноТолько очень дружноПосмотрю-ка вдаль немножко,Может, я найду дорожку?Посмотри жираф большойВесь нарядный и смешнойПосмотри-ка вдалеке   Утка плавает в воде.Вот весёлая семейка  забралась под скамейку.                   А теперь попрыгаем, как зайки – попрыгайки .    Вот ворота в зоопарк.Ты пролезь под ними вот так…   По дорожкам ты смелейПродвигайся, не робей   Мишка, мишка – не зевай,Лучше с нами поиграйЗайчата у нас смелые, ловкие, умелыеСпрятались они от насМы найдём их в тот же час**Куда мы с вами сегодня ходили? Что понравилось вам в зоопарке? А мне понравилось как вы ходили, бегали, играли в зайчат.** | **Дети входят в зал****Смотрим вперёд, спину держим прямо.****Руки за спиной, голову не наклонять, спина прямая.****Руки на поясе**  **Руки на поясе, спина прямая.****Спина прямая, голову не наклонять.**Спина прямая, голову не наклонять.**Следим за осанкой****Подойти к дуге, повернуться правым (левым боком), присесть, голову наклонить, руки положить на колени, пролезть боком под дугу, встать, поднять руки вверх.****Делимся на две подгруппы. Одна подгруппа идет по одной доске, вторая по другой. Смотрим перед собой.****Выполнять действия согласно словам игры****Дети выходят из зала.** |