**Тема:** В деревне и на даче

*Вводная часть*: Ходьба и бег, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед.

*ОРУ (со средним мячом):*

1.*«Посмотри на мяч»*. И. п. О. с. мяч внизу в обеих руках. 1 – подняться на носки, мяч поднять над головой, вдох; 2 – вернуться в и. п., сказать *«вниз»*, выдох. 4– 6 раз.

2.*«Переложи мяч»*. И. п. ноги на ширине стопы, руки в стороны, мяч в правой руке. 1 – руки вытянуть вперед, мяч переложить в левую руку, выдох; 2 – руки развести в стороны, вдох ;3 – руки вытянуть вперед, мяч переложить в правую руку, выдох; 4 – и. п. вдох. 4– 6 раз.

3.*«Прокати мяч»*. И. п. сед ноги скрестно, мяч с правой *(левой)* стороны на полу. Прокатывать мяч в правую и левую стороны перед собой. Дыхание произвольное. 4– 6 раз.

4.*«Поиграй с мячом»*. И. п. О. с., мяч перед грудью. Подбрасывание мяча вверх. Дыхание произвольное. 4– 6 раз.

5.*«Прыжки»*. И. п. ноги на ширине стопы, мяч перед собой. Прыжки на двух ногах с мячом в руках. Чередовать с ходьбой. Дыхание произвольное. 2 раза.

6.*«Покажи мяч»* *(****упражнение на дыхание****)*.И. п. О. с. ,мяч перед грудью. 1, 2 – глубоко вдохнуть; 3, 4 – губы сделать трубочкой, спокойно выдохнуть, руки с мячом вытянуть вперед *(покажи мяч)*.2 – 4 раза.

*ОВД:*

1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе.

2. Прокатывание мяча в ворота



*Игра «Поймай комара»*

Ловить комара, нужно не сходя с места.

Ход игры: играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Инструктор находится в середине круга. Он держит в руках прут длиной – 1- 1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Длина шнура – 50 см. Инструктор обводит прутом, *«кружит комара»*, немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит *«Я поймал!»*. Затем воспитатель снова обводит прутом круг.