**Тема:** «Скоро лето»

*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 (с погремушкой):*

1. И. п.: ноги «узкой дорожкой», руки с погремушкой внизу.

Выполнение: поднять руки через стороны вверх; потрясти погремушкой и опустить через стороны вниз. Опуская руки, произнести: «Динь-динь-динь». Повтор: 5 раз.

2. И. п.: ноги широко расставлены, руки с погремушкой у груди

Выполнение: поворот в сторону, руки прямо; потрясти погремушкой, сказать: *«Динь-дон»*; вернуться в и. п. То же в другую сторону. Повтор: по 3 раза в каждую сторону.

3. И. п.: лежа на спине, погремушка за головой.

Выполнение: руки перевести к животу, ноги согнуть в коленях — «стать круглым, как шарик», вернуться в и. п. Дыхание в произвольном ритме. Повтор: 5 раз.

4. И. п.: стоя, погремушка внизу.

Выполнение: 6-8 подскоков с одновременным потряхиванием погремушкой. Повтор: 3 раза, чередуя с ходьбой

ОВД:

1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики



2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги



*Игра «Мой веселый звонкий мяч»*

Дети стоят с одной стороны площадки, около них инструктор (взрослый) с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:

Мой весёлый звонкий мяч,

Ты куда пустился вскачь?

Красный, жёлтый, голубой,

Не угнаться за тобой.

Затем предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Инструктор делает вид, что ловит их. Инструктор, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.