|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Темп, дозировка** | | | **Организационно-методические указания** |
| *Вводная часть* | | | | |
| Построение в колонну  Ходьба друг за другом с изменением темпа.  Бег в колонне друг за другом.  Ходьба в колонне и построение в круг | 40с- быстро  30с- медленно  30с  25с | | | Воспитатель. Будем ходить быстро и медленно! (Обращает внимание на осанку.) |
| *Основная часть* | | | | |
| **ОРУ с листочками.** **«Высокое дерево»** И.п.: ноги вместе, руки с «листочками» внизу. 1.- поднять руки вперед; 2 - поднять руки вверх; 3 - руки в сторо-ны; 4 - и.п.  **«Деревья качают ветвями»** И.п.: ноги на ширине стопы параллельно, руки внизу. 1-2 - руки вперед-вверх, помахали листочками; 3-4- и.п.  **«Листья опалают»** И.п.: ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 - наклон; 2 \_ и.п.  **«Ветер подул»** И.п.: о.с. 1- 4 - кружение вокруг себя.  **«Сильный ветер»:** бег по залу с разведенными в сторону руками | 6 раз  6 раз  5 раз  4 раза 2\*2  2 поворота в обе стороны  25с | | | Воспитатель. Листочки держим в согнутых руках перед собой! Руки вверх! Вдох! В и.п- выдох!  Индивидуальные указания.  Колени не сгибаем, листочками касаемся пола!  Руки в стороны развели, кружимся вокруг себя в одну сторону, затем в другую. 25 с  Побежали по залу, руки с листочками в стороны! |
| *Заключительная часть* | | | | |
| Ходьба по залу обычная | | 30с | Походу положить листья в ряд | |
|  |  | | |  |