|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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- быстро30с- медленно30с25с | 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.- поднятьруки 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 раз6 раз5 раз4 раза 2\*22 поворота в обе стороны25с | 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 сПобежали по залу, руки с листочками в стороны! |
| *Заключительная часть* |
| Ходьба по залу обычная | 30с | Походу положить листья в ряд |
|  |  |  |