|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Темп, дозировка** | **Организационно-методические указания** |
| *Вводная часть* |
| Построение «стайкой».Ходьба обычная.Ходьба врассыпную по сигналу бубна.Ходьба широким шагомБег быстрый в колонне и врассыпную.Ходьба обычная.Построение в круг | 20 с25 с2 раза30 с20 с20 с | Воспитатель. Зайка пригласил в гости поиграть, хотите?Руки помогают нам шагать!Каждый шагает по своей дорожке! Руки на пояс, шагаем по разным дорожкам!Шире шаг!Слушаем сигнал бубна, выполняем задание (удар бубна).Шагаем друг за другом, берем морковки |
| *Основная часть* |
| **ОРУ с морковками****«Посмотрим на морковки!»**И.п.: о.с. 1-2 - руки через стороны вверх; 3\_ 4 - и.п.**«Положи морковки»**И.п.: о.с. 1-2 — наклоны туловища вперед; 3-4 - и.П.**«Покажи морковки!»**И.п.: ноги вместе, руки с морковками за спиной. 1-2 - присели, руки с морковками вперед: 3- 4 и.п.**«Прыгаем с морковками!»**Прыжки на двух ногах, руки с морковками в стороны, вверх | 6 раз, темп средний.5 раз, темп средний.5 раз, темп средний.10 x× 2 раза;1--II маршруты:10 х× 2 раза;3-4 марш-рут: 6 x× 2 раза | Посмотрели на морковки!Положили морковки, выпрямились!Дети выполняют на слова:«Положили!», «Встали!»Приседаем, спинку держим прямо, показываем морковки, говорим: «Вот!»Чередуем бег с ходьбой!Ножки веселые прыгают, устали - зашагали |
| *Заключительная часть* |
| Ходьба в колонне по одному (по ходу складываем морковки) | 30с | Воспитатель. Положим морковки в корзинку зайке! Понравилось с зайкой играть?Дети отвечают.Молодцы, какие веселые ребята! |
|  |  |  |