|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Темп, дозировка** | | | **Организационно-методические указания** |
| *Вводная часть* | | | | |
| Построение «стайкой».  Ходьба обычная.  Ходьба врассыпную по сигналу бубна.  Ходьба широким шагом  Бег быстрый в колонне и врассыпную.  Ходьба обычная.  Построение в круг | 20 с  25 с  2 раза  30 с  20 с  20 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! | |
|  |  | | |  |