

**Задачи:** Упражнять детей в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом

1. Прыжки в длину с места

2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом

3. Пролезание в обруч прямо и боком

4. «Ловкие прыгуны».

На площадке в две линии в шахматном порядке выкладывают обручи (по 6–8 шт.). Дети выполняют прыжки в обручи на двух ногах – то вправо, то влево (без паузы) переступают условную черту и поворачиваются кругом.

Упражнение повторяется в обратную сторону (3–4 раза).

5. «Проведи мяч»

По ставить кубики в линию (4–5 шт.; расстояние между кубиками 1,5 м).

Задание: провести мяч ногами, не отпуская его далеко от себя, проводя между кубиками

6. «Пас друг другу»

Прокатывают мяч друг другу ногами, поочередно то правой, то левой ногой (расстояние между детьми 1,5–2 м).

Игра малой подвижности «Летает — не летает»

Цель: Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе. Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук.