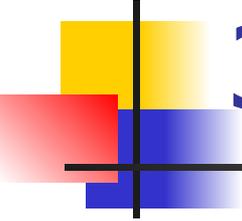


Веселая резиночка

Физическое развитие детей
старшего дошкольного возраста

Инструктор по физо
Лавренчук Наталья Александровна
МАДОУ ЦРР д/с № 130



Задачи

1. Обучать детей упражнениям на развитие силы мышц рук и ног с использованием нетрадиционного оборудования.
2. Развивать глазомер.
3. Закреплять метание мяча из-за головы.
4. Воспитывать чувства взаимопомощи и дружелюбия.

Построение



Возьмите резиночку на лавке и сложите ее в двое, а затем в четверо

В одну колонну становись, в обход по залу шагом марш.



Вводная часть

Ходьба обычна, ходьба на носках,
руки с резиночкой вверх



Ходьба обычная, ходьба на пятках
руки с резиночкой за спиной, бег



Общеразвивающие упражнения



Общеразвивающие упражнения
из положения стоя



Общеразвивающие упражнения



Общеразвивающие упражнения из положений сидя и лежа

Основные виды движений



Попади мячом в резиночку



Прыгни в резиночку, разным способом

Подвижная игра «Съедобное-несъедобное»



Победители – самые ловкие и внимательные!