**Апрель.** Занятие 1

Задачи. Закреплять умение ходить по ограниченной поверхности и прыгать в глубину, упражнять бросать и ловить мяч;

способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.

Пособия. мяч средней величины.

Содержание образовательной деятельности и методика проведения.

Первая часть. Ходьба и бег на месте.

Вторая часть. I. Общеразвивающие упражнения.

1. *Исходное* положение.: стоя, ноги слегка расставить, руки согнуть в локтях перед грудью. Круговые движения руками (одна вокруг другой)- «Наматывание нитки на клубок». Повторить 5-6 раз в одну сторону (от себя), а затем в другую сторону (к себе).
2. И. п.: лежа на животе, руки согнуты, ладони под подбородком. Вытянуть руки вперед как можно дальше - «Вот как мы растем», вернуться в исходное положение. Повторить 3-4 раза. Тянуться вперед, но не прогибать верхнюю часть туловища.
3. Я. п.: сидя, ноги вместе, руками опереться сзади. Согнуть ноги, подтянуть их к туловищу как можно ближе к груди, выпрямиться - «Длинные и короткие ноги». Повторить 4-5 раз.
4. Поскоки на месте на двух ногах, руки держать свободно- «Воробышки прыгают» (20-30 сек). Ходьба на месте.
5. Упражнения в основных видах движений. Ходьба по ограниченной поверхности (коврику).
6. Бросание мяча взрослому и ловля мяча. Упражнение выполняется 2-3 раза. Взрослый регулирует дальность броска, подходит ближе если бросок слабый, отходит подальше, если ребенок бросает лучше. Следить, чтобы бросок мяча был снизу.

**Подвижная игра «Мишка косолапый»** Повторить 2-3 раза***.***

Цель: учить действовать согласно словам текста; имитировать движения медведя; обогащать двигательный опыт детей.

Мишка косолапый (идем, переваливаясь с ноги на ногу)

По лесу идет.

Шишки собирает, (собираем с пола воображаемые шишки)

Песенки поет.

Вдруг упала шишка -

Прямо мишке в лоб! (хлопаем себя рукой по лбу)

Мишка рассердился

И ногою - топ! (топаем ножкой)

Третья часть. Ходьба на месте.