

# Карточка № 46 Д

## «Поезд»

**Цель:** Формировать умение детей бросать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять умение ходить по кругу, взявшись за руки.

**Материал:** Мешочки с песком (или маленькие мячи) по количеству детей, длинная веревка, ящик (50x50x10 см) или обруч (для метания).

### **Ход занятия:**

**1 часть.** Ходьба и бег за воспитателем. Ходить по кругу, взявшись за руки (воспитатель помогает детям взяться за руки и образовать круг). Остановиться, опустить руки.

### **2 часть. Общеразвивающие упражнения.**

1. *И. п.:* стоя, ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, как бы держат куклу. Слегка покачиваться в одну и другую сторону — «качаем куклу» (8—10 раз), ноги не сдвигать.

2. *И. п.:* стоя на четвереньках, повернуться в центр круга. Поднять одну руку вперед-вверх, опустить. То же выполнить другой рукой — «собачка поднимает лапу» (4-6) раз.

3. *И. п.:* стоя, руки внизу. Подняться на носки, руки поднять вверх — «вот какие большие деревья», присесть и положить ладони на колени—вот какие маленькие деревца (4—6 раз).

4. *И. п.:* то же, руки впереди, свободно согнуты — «лапки у зайки». Пскоки на месте на двух ногах — заяка прыгает» (15—20 с). Не поднимать ладони к голове, это затрудняет дыхание и выполнение прыжка.

Ходьба за воспитателем. Сесть на стулья или гимнастическую скамейку.

### **Основные виды движений.**

Метание в горизонтальную цель (ящик или обруч) правой и левой рукой. Бросок выполняют одновременно 3—4 детей. Они становятся вокруг ящика, за линией. По сигналу воспитателя дети бросают мешочки с песком сначала одной, затем другой рукой (по 2—3 раза).

Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку. Задание выполняют одновременно все дети 6—8 раз. Следить, чтобы малыши приземлялись легко на обе ноги. Воспитатель становится рядом с теми, кто затрудняется выполнить задание, и вместе с ними прыгает.

### **Подвижная игра : "Поезд"**

Воспитатель предлагает малышам: "Давайте я буду паровозиком, а вы вагончиками. Встаньте друг за другом, вот так". Он показывает, как обхватить руками впереди стоящего ребенка (или положить руки ему на плечи, ухватиться за юбочку, пояс, ляпочку). Затем педагог начинает медленно двигаться по группе, читая стихотворение:

Вот поезд наш едет,  
Колеса стучат.  
А в поезде этом  
Ребята сидят.  
Ту-ту!

Воспитатель повторяет стихотворение несколько раз. Постепенно темп стихотворения и, соответственно, движение "поезда" ускоряются, меняется направление движения.

Дети повторяют за воспитателем звукоподражания: "ту-ту", "тук-тук", "чух-чух".

**3 часть.** Ходьба обычным шагом чередуется с ходьбой на носках.