

Динамический час (на прогулке)

Задачи. Развивать двигательные навыки; воспитывать желание самостоятельно выполнять упражнения.

«Весёлые медвежата» ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы.

П/и «Поймай комара».

Цель: упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег в прямом направлении одновременно всей группой.

Описание. Дети стоят на одной стороне зала, так, чтобы не мешать друг другу. Воспитатель стоит у противоположной стороны. Он говорит: «Бегите ко мне, все-все бегите ко мне!» Дети бегут к воспитателю, который встречает их приветливо, разведя руки широко в стороны, и делает вид, что хочет всех ребят обнять. После того как дети соберутся около воспитателя, он уходит на другую сторону площадки и снова говорит: «Бегите ко мне!». Перед началом игры воспитатель напоминает, что бежать можно только после слов «Бегите ко мне!», нельзя толкаться и мешать друг другу. Желающих играть можно разделить на две небольшие группы: пока одна группа играет, другая смотрит, затем они меняются ролями.

М. п/и «Возьми флажок».

Цель: Упражнять в ходьбе по кругу; учить детей соотносить действия со словами.

Инвентарь: флажок.

Описание. Дети стоят по кругу, один ребенок в середине с флажком. Воспитатель ведет детей по кругу, приговаривая:

Дети встали в кружок,

Увидали флажок.

Кому дать, кому дать?

Кому флаг поднимать?

Выйди, Таня, в кружок,

Возьми, Таня, флажок!

Выйди, выйди, возьми,

Выше флаг подними!

Названный ребенок выходит на середину и берет флажок у того, кто стоит в центре, а,

тот ребенок уходит в общий круг. Игра повторяется 3-4 раза.