Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего, с поиском своего места в колонне; упражнять в прыжках с препятствием; развивать ловкость при метании на дальность.

1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя смена ведущего колонны (педагог называет имя ребенка, и он встает впереди колонны); ходьба и бег врассыпную; перестроение в колонну по одному в движении, найти свое место в колонне.

2часть. Общеразвивающие упражнения с палками.

1. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, палку вниз хватом на ширине плеч. Палку вверх, потянуться; сгибая руки, палку на грудь, палку вверх; вернуться в исходное положение (5-6 раз).

2. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, палку вниз. Присесть, палку вынести вперед; подняться, вернуться в исходное положение (5 раз).

3. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, палку на грудь. Палку вверх, наклон вправо (влево); выпрямиться, вернуться в исходное положение (5-6 раз).

4. И. п. - стойка ноги на ширине плеч, палку на грудь. Палку вверх; наклон вперед, коснуться пола (по возможности); выпрямиться: палку вверх, вернуться в исходное положение (5 раз).

5. И. п. - стойка ноги слегка расставлены, палку вниз. Прыжком ноги врозь, палку вперед; прыжком вернуться в исходное положение. Выполняется под счет 1-8, пауза и снова прыжки (3-4 раза).

Основные виды движений.

1. Прыжки через шнур справа и слева от него, продвигаясь вперед.

Дистанция 3 м (2-3 раза).

2. Метание мешочков на дальность правой и левой рукой (способ от плеча).

3. Игровое упражнение «Мяч через сетку».

Подвижная игра «Совушка».

3 часть. Ходьба в колонне по одному.